С. Н. ПРИХОДЬКО

ЛЕЧЕБНИЦА НА ПОДОКОННИКЕ

Arandi

С. Н. ПРИХОДЬКО

ЛЕЧЕБНИЦА НА ПОДОКОННИКЕ

Alendi

В книге, украинское издание которой вышло в 1966 году, рассказывается об интереснейшем мире растений, главным образом комнатных, имеющих лечебные свойства, о происхождении цветов, их истории, легендах и мифах о них. Из нее читатель узнает о значении в повседневной жизни человека его зеленых друзей, о том, какие болезни излечиваются при помощи растений, как они влияют на его здоровье, настроение и работоспособность.

Автор дает советы по выращиванию комнатных растений и их применению с лечебными целями.

Рассчитана на широкие круги читателей.

615.9
П77

Приходько Светлана Николаевна
ЛЕЧЕБНИЦА НА ПОДОКОННИКЕ

Печатается по решению редакционной коллегии научно-популярной литературы Академии наук УССР

Редактор *Э. Д. Никитенко*. Художественный редактор *В. П. Кузь*. Оформление художника *О. К. Стукалова*. Технический редактор *Н. А. Турбанова*. Корректор *И. Б. Игнатовская*.

БФ 02945. Зак. 860. Изд. № 373. Тираж 250 000. (II завод 100 001—250 000). Бумага № 2, $70\times108^1/_{32}$. Печатн. физ. лист. 5,75+вкл.=6,125. Условн. печатн. лист. 8,58. Уч.-изд. лист. 7,57. Подписано к печати 15.I 1968 г. Цена 38 коп.

Издательство «Наукова думка», Киев, Репина, 3.

Киевская книжная фабрика № 1 Комитета по печати при Совете Министров УССР, ул. Довженко, 5.

4—4—6
323—68М

ТАЙНЫ ЗЕЛЕНОГО КЛАДА

Чудесен и разнообразен зеленый мир, мир наших друзей — растений. Они дают нам пищу и жилища, сырье для множества химических веществ, которые применяются в производстве синтетических изделий, следовательно, одевают нас, выделяют животворный кислород, очищают воздух от вредного углекислого газа, сохраняют влагу рек и озер, приносят тень и прохладу в жару и, наконец, лечат нас.

Сколько их на земном шаре? Высоких и крохотных, живущих на суше и в воде, в пустынях и в тундре, в жарких тропиках и в царстве зимы — Арктике, растений с огромными листьями и совсем без них, исключительной красоты и жалких уродцев, обладающих необыкновенными целебными свойствами.

Ученые подсчитали, что на Земле существует более 450 тыс. видов растений, и только мизерная часть их, менее 20%, используется человеком в повседневной жизни. А остальные? Разве они не имеют никаких полезных свойств? О, нет. Они просто ждут своей очереди. Ждут, когда человек раскроет их тайны, обнаружит целебные свойства, развеет множество легенд, которыми были окружены эти растения испокон веков. Люди издавна пользовались дарами зеленого царства: питались корнями растений, ягодами и фруктами, строили дома, с помощью растений добывали огонь, одевались и лечили всевозможные болезни. Однако в природе было много неизвестного для человека древних времен. И все, что поражало и чего люди не в состоянии были объяснить, они окружали тайнами. О непонятном слагались легенды, сказания, мифы, которые передавались из поколения в поколение, переживая века, высекались на камнях, записывались в древних письменах.

Жрецы, ведуны и другие служители культов довольно часто прибегали к суевериям для запугивания и укрощения темных верующих, для выкачивания у них денег на сооружение храмов и дворцов и на пополнение собственных сокровищниц.

Теперь уже полностью доказано, что все самые необыкновенные легенды о растениях непременно имеют какое-то реальное основание: либо запугивание жрецами и другими служителями церкви темных верующих и подчинение их, либо наличие таинственных, до того времени неразгаданных, целебных, ядовитых или иных свойств некоторых растений.

Среди легенд немало и совсем неправдоподобных, таких, как, например, миф о растении-чудовище, зеле-

ном каннибале, поедающем людей. В нем рассказывается, будто в чаще тропических лесов, где-то на Мадагаскаре, растет гигантское растение, величиной со слона, похожее на ананас. Листья у него широкие, с острыми, как когти хищного зверя, колючками. На верхушке — шесть белых лоз, которые, рассекая со свистом воздух, извиваются, как огромные змеи.

Поклоняющиеся этому растению туземцы два раза в год с большими трудностями пробираются к нему сквозь дебри тропиков, чтобы накормить его человеческим мясом.

Связанный, в полуобморочном состоянии, пленный с ужасом смотрит на зеленого людоеда. С ритуальными песнями и танцами дикари окружают несчастного, заставляя его выпить сок чудовища. Пей! Пей! — кричат ему. И, одурманенный пьянящим ядом, несчастный сам лезет на верхушку, где белые лозы сразу же обвивают свою жертву, громадные листья с колючками, словно челюсти фантастического чудовища, смыкаются над человеком и перемалывают его.

Впервые рассказал эту легенду немецкий миссионер Карл Лихе, который, как было доказано позднее, просто выдумал и племя, и место, где совершались события. Однако легенда о дереве-людоеде оказалась очень живучей. Зеленых каннибалов «встречали» и в других странах. Например, некий Донетан, собирая однажды болотные травы вблизи озера Никарагуа в Центральной Америке, якобы видел, как диковинное безлистое растение крепко оплело гибкими и клейкими ветвями его охотничью собаку. Он едва спас животное.

Вариантов таких фантастических легенд о растениях-хищниках, которые питаются животными и даже

людьми, очень много. В чем же тут дело? Оказывается, что такие мифы возникали вследствие не понятных для древнего человека явлений, которые он встречал в природе. Среди бесчисленного множества видов растений, действительно, есть такие, которые питаются белками животного происхождения — ловят и поедают насекомых, гусениц и т. п.

Если вам когда-нибудь придется попасть на лесные болота, присмотритесь внимательно, и вы, наверно, увидите на зыбкой почве, среди зеленого мха жалкие метелки невзрачного растения, которые поднимаются на длинных стеблях из розетки удивительных листьев, густо покрытых тонкими ресничками. На конце каждой реснички дрожит блестящая капелька. Это росянка — хищное растение леса среднего и северного поясов. Наберитесь терпения, проследите за ней внимательно — и вы увидите, как насекомое, которое неосторожно сядет на лист, мгновенно схватят реснички росянки. И чем больше будет метаться насекомое, стараясь вырваться из клейких объятий ресничек, тем больше ресничек будет приклеиваться к нему. Наконец, жертва перестает даже двигаться. Добыча поймана. Липкая жидкость крепко приклеивает к листу комара или муху. Если добыча очень велика, то весь листочек загибается вниз и охватывает жертву, сжимая ее будто в пригоршне.

Ученые доказали удивительную чувствительность ресничек росянки. Микроскопический кусочек человеческого волоса длиной 0,2 *мм* и весом меньше 0,0003 *мг*, положенный на лист, вызывает наклон ресничек в его сторону. Прикосновения такой частички не почувствовал бы даже кончик языка.

Установлено также, что многочисленные железки насекомоядных растений выделяют не только клейкую жидкость, но и настоящие пищеварительные соки, которые по своему составу напоминают желудочный сок.

А где-то между кустиками клюквы, по соседству с росянкой, можно увидеть другое, подстерегающее добычу, насекомоядное растение — толстянку. Оно отличается от предыдущего фиолетово-голубыми цветами, отсутствием ресничек-щупалец. Насекомых оно ловит при помощи липких листьев, к которым комары и мухи приклеиваются, как к липкой бумаге.

Таких насекомоядных растений особенно много (свыше 500 видов) на их родине — в тропических странах.

Но не все насекомоядные растения действуют по принципу «липучки». Есть среди них и такие, которые ловят насекомых своими листьями, как руками. Листья одной из американских мухоловок имеют по краям длинные зубцы. Достаточно прикоснуться к листочку, как его половинки немедленно складываются, словно закрывается книга.

Насекомоядные ловят добычу также с помощью похожих на цветы отростков или лепестков цветов.

Кстати, впервые ботаники узнали о способе питания насекомоядных растений благодаря изучению завезенных в XVII в. из Мадагаскара мухоловок рода «непентес», которые имели причудливые, похожие на кувшинчики с крышечками, большие «цветы». Когда «кувшинчик», развиваясь из листа, созревает, крышечка открывается. Внимание муравьев и мух привлекает сладкая жидкость, которая выделяется у отверстия кувшинчика. Спустя некоторое время насекомые попадают

на дно этой ловушки и тонут в заполняющей ее пищеварительной жидкости.

В Мексике существуют так называемые стапелии, отличающиеся удивительно красивыми, похожими на звезды, темно-красными или пестрыми цветами, которые появляются в середине лета на серо-зеленых стеблях и привлекают мелких насекомых отвратительным запахом гниющего мяса.

Интересно, что в листьях насекомоядных растений существуют биотоки. Если между контактами гальванометра положить листок мухоловки, стрелка прибора отклоняется — он регистрирует ток.

Все эти необыкновенные свойства растений, наблюдаемые человеком, не могли не повлиять на его представление об окружающем мире. Но, зачастую, не находя объяснений этим явлениям, люди придумывали невероятные истории, которые со временем становились легендами, мифами. Человеческая фантазия превратила небольших насекомоядных в великанов, которые вместо комаров и мух поедают зверей и людей. Так, очевидно, и родился миф о растениях-людоедах.

Еще задолго до того как ученые открыли свойства растений-хищников, жители далекой Лапландии использовали тайные «силы» насекомоядных растений: они употребляли листья толстянки вместо желудочного сока коров, который добавляют к парному молоку, чтобы получить из него высококачественный сыр. От сока толстянки молоко сворачивается не хуже, чем от желудочного сока коровы.

В средней России используют росянку с лечебной целью. Собирают ее во время цветения (с июня по август) и сушат в теплом проветриваемом помещении.

Окраска сушеной росянки — красноватая, вкус — кислое-горький. Росянку применяют при простуде, как потогонное, а также от кашля в виде настойки из высушенных листьев. Сок, выделяемый листьями росянки, растворяет органические вещества, поэтому им пользуются для выведения бородавок. В Вологодской области листьями *росянки моют молочную посуду.*

Что же заставляет эти растения превращаться в «хищников»?

Насекомоядные растут большей частью в болотистых местностях, на торфяниках, бедных питательными веществами. Следовательно, причиной возникновения необыкновенных свойств этих растений послужили условия существования: недостаток азота в почве они пополняют за счет своих жертв.

Вероятно, всем известно стихотворение А. С. Пушкина о «дереве смерти» — «Анчар».

Тайной грозного «дерева смерти» владели лишь шаманы, которые собирали ядовитый сок анчара и с его помощью «заговаривали» стрелы легковерных туземцев, т. е. просто намазывали им кончики стрел. Ранение такой стрелой было смертельным. Боясь лишиться власти и потерять «волшебные силы», шаманы побеспокоились о том, чтобы туземцы не разгадали их тайны. Вероятно, они и сочинили легенду о дереве, чтобы никто близко не подходил к нему и не увидел, что оно совсем не такое страшное. Только любознательные ботаники (через много лет) доказали, что антиарис токси-

кария, или анчар ядовитый, высокое красивое дерево, растущее на острове Ява и на других многочисленных островах Малайского архипелага, не так уж ядовито, как считалось согласно существующей легенде.

Действительно, его стройный ствол, достигающий 40 *м* в высоту, с большими плоскими, как доски, опорными корнями, с округлой гордой кроной, из неопадающих, как и у всех вечнозеленых растений, листьев, производит довольно величественное впечатление. Как почти и у всех тутовых, родственников нашей шелковицы, цветочки у анчара небольшие. Плоды продолговато-округлые, зеленоватые, мелкие.

Ученых-ботаников поразило то, что в ветвях анчара птицы вьют гнезда. Позднее было доказано, что только сок ствола имеет ядовитые свойства. Но он совсем не так ядовит, как, например, сок ядовитого сумаха, одно прикосновение к которому вызывает сильное раздражение кожи и приводит к тяжелому состоянию. Правда, появившийся зуд сразу же проходит, но через некоторое время образуется припухлость с небольшими очагами сильно блестящей кожи. Снова появляется зуд, а потом и острая боль, которая усиливается в последующие дни. Только немедленное вмешательство врачей может предупредить тяжелые последствия отравления. Это уже действительно «лиана смерти», ибо даже корни этого вида сумаха ядовиты.

В тропической Америке и на Антильских островах есть еще одно растение с «дурной славой». Оно принадлежит к семейству молочайных, насчитывающему немало ядовитых представителей. Это так называемая марцинелла, способная поражать людей даже на рас-

стоянии: достаточно некоторое время постоять вблизи нее и подышать ее ароматом, как наступает тяжелое отравление.

На Кавказе также встречаются растения, резкий аромат которых приводит к состоянию отравления: головной боли, рвоте и т. д. Поэтому будьте осторожны, не сидите долго среди обильно цветущих пышных магнолий и благоухающих олеандров!

Современная медицина использует ядовитые растения для лечения разных болезней.

Поскольку мы уже рассказали о «дереве смерти», то нужно сказать несколько слов и о «дереве жизни». Вероятно, многие слыхали о целебном действии растения по названию кóла, которое якобы является составной частью «чудодейственного» напитка, рекламируемого в Америке,— «Кока-кола».

Еще в древние времена туземцы Конго и некоторых других прибрежных стран Африки владели «чудодейственной магией», которая помогала им целыми неделями обходиться без воды и пищи и в то же время выполнять самые тяжелые работы, осуществлять трудные продолжительные переходы в пустынях. Но тайну необыкновенной бодрости усиленно охраняли.

Фараоны и жрецы старались любой ценой раскрыть ее. Сотни и тысячи специально подосланных ими людей погибали в темных сырых чащах тропических лесов, умирали от лихорадки, отравленных стрел; были растерзаны хищными зверями, раздавлены дикими слонами и носорогами, подняты на рога буйволами. Прошло много столетий, прежде чем властители Нила узнали, что вдоль побережья в Конго и в других странах Западной Африки растет похожее на наш каштан дерево, до-

кария, или анчар ядовитый, высокое красивое дерево, растущее на острове Ява и на других многочисленных островах Малайского архипелага, не так уж ядовито, как считалось согласно существующей легенде.

Действительно, его стройный ствол, достигающий 40 *м* в высоту, с большими плоскими, как доски, опорными корнями, с округлой гордой кроной, из неопадающих, как и у всех вечнозеленых растений, листьев, производит довольно величественное впечатление. Как почти и у всех тутовых, родственников нашей шелковицы, цветочки у анчара небольшие. Плоды продолговато-округлые, зеленоватые, мелкие.

Ученых-ботаников поразило то, что в ветвях анчара птицы вьют гнезда. Позднее было доказано, что только сок ствола имеет ядовитые свойства. Но он совсем не так ядовит, как, например, сок ядовитого сумаха, одно прикосновение к которому вызывает сильное раздражение кожи и приводит к тяжелому состоянию. Правда, появившийся зуд сразу же проходит, но через некоторое время образуется припухлость с небольшими очагами сильно блестящей кожи. Снова появляется зуд, а потом и острая боль, которая усиливается в последующие дни. Только немедленное вмешательство врачей может предупредить тяжелые последствия отравления. Это уже действительно «лиана смерти», ибо даже корни этого вида сумаха ядовиты.

В тропической Америке и на Антильских островах есть еще одно растение с «дурной славой». Оно принадлежит к семейству молочайных, насчитывающему немало ядовитых представителей. Это так называемая марцинелла, способная поражать людей даже на рас-

стоянии: достаточно некоторое время постоять вблизи нее и подышать ее ароматом, как наступает тяжелое отравление.

На Кавказе также встречаются растения, резкий аромат которых приводит к состоянию отравления: головной боли, рвоте и т. д. Поэтому будьте осторожны, не сидите долго среди обильно цветущих пышных магнолий и благоухающих олеандров!

Современная медицина использует ядовитые растения для лечения разных болезней.

Поскольку мы уже рассказали о «дереве смерти», то нужно сказать несколько слов и о «дереве жизни». Вероятно, многие слыхали о целебном действии растения по названию ко́ла, которое якобы является составной частью «чудодейственного» напитка, рекламируемого в Америке,— «Кока-кола».

Еще в древние времена туземцы Конго и некоторых других прибрежных стран Африки владели «чудодейственной магией», которая помогала им целыми неделями обходиться без воды и пищи и в то же время выполнять самые тяжелые работы, осуществлять трудные продолжительные переходы в пустынях. Но тайну необыкновенной бодрости усиленно охраняли.

Фараоны и жрецы старались любой ценой раскрыть ее. Сотни и тысячи специально подосланных ими людей погибали в темных сырых чащах тропических лесов, умирали от лихорадки, отравленных стрел; были растерзаны хищными зверями, раздавлены дикими слонами и носорогами, подняты на рога буйволами. Прошло много столетий, прежде чем властители Нила узнали, что вдоль побережья в Конго и в других странах Западной Африки растет похожее на наш каштан дерево, до-

стигающее в высоту 10—12 *м*. С этого дерева туземцы-старейшины собирают звездообразные, довольно большие плоды, в которых и заключается таинственное сокровище — от 10 до 30 зерен, белых или красных орешков, носящих название «орехов ко́ла». Старейшины племен сохраняли их и выдавали по одному орешку слабым, больным или воинам перед походами. Эти орешки спасали туземцев и от голода.

Добытые с огромными трудностями семена не хотели превращаться в красивые чудодейственные деревья, поэтому фараонам пришлось налаживать мирный товарооборот с туземцами: египетские купцы начали доставлять фараону и жрецам, а затем и египетским богачам целебные «орехи жизни». После падения власти фараонов орехи ко́лы становятся более доступными, их и в дальнейшем в большом количестве распространяют предприимчивые купцы.

Туземные жители все меньше охраняют уже всем известную ко́лу. Орехи ко́лы служат им разменной монетой. В районах, где ко́ла не встречается, еще и сейчас нет такого праздника, на котором чудодейственные орешки не были бы самым любимым «лакомством»; их даже преподносят в виде подарков. При заключении союзов вожди племен обменивались белой ко́лой, которая служила символом мира и доброжелательности. В случае объявления войны — противнику посылалась красная ко́ла. Издавна существует обычай, по которому конголезский жених, если он хочет семейного счастья, должен дарить невесте и теще белую ко́лу. В знак согласия и благосклонности он также получает в ответ белую ко́лу, и наоборот, в знак отказа — красную. Преподношение белой ко́лы до сих пор служит

проявлением вежливости, знаком уважения, дружбы, доброжелательности. Не менее важную роль играет ко́ла и в религиозных обрядах и в судебных делах. Все клятвы провозглашаются над ко́лой: во время клятвы негры многих племен должны держать на ладонях вытянутых рук семена ко́лы, а после процедуры съесть их.

Большим уважением пользуется ко́ла в Судане. Ей приписывают много целебных свойств: принимают при мигренях, головной боли, дизентерии, усталости. Но особенно часто употребляют ко́лу во время длинных и тяжелых переходов. Жевание только одного свежего зерна позволяет негру тропической Африки проходить под солнцем огромные расстояния — до 80 *км* в день. Туземцы утверждают, что животворный орех утоляет жажду, плохую воду превращает в хорошую, заменяет мясо, повышает половую способность, снимает все последствия чрезмерного употребления алкоголя.

В наше время ко́ла распространилась по всему миру. С неграми, которых работорговцы завозили в Новый Свет, она попала в Центральную Америку. Английские моряки завезли ее в Индию, на Сейшельские острова, Цейлон и в другие районы; голландцы развели на Яве, немцы—в Камеруне. В Европе кола появляется в конце XVIII в., а чудесные качества ее семян (тонизирующее действие на сердце и мышцы и т. п.) начинают использоваться в практике европейской медицины лишь в середине XIX в. Так таинственные свойства растения, окутанные множеством легенд, в конце концов становятся на службу здоровья людей.

Можно привести бесконечное количество примеров раскрытия тайн многих растений.

Так, например, древние воины носили под латами амулеты в виде луковицы или чеснока. Люди верили, что плотная сухая кожура чеснока или лука, которая оберегает нежные свежие чешуйки, способна спасти жизнь воинов от всякой напасти: болезней, стрел, меча. Недаром один из видов лука получил название аллиум викторалис — лук победный. «Чудодейственная» сила этих амулетов — в фитонцидности лука и чеснока.

На востоке Азиатского континента, в Китае, Японии, на Дальнем Востоке, в виде амулетов носили на груди кусочки волшебного «корня жизни» — таинственного женьшеня, лечащего от всех недугов, «дающего вечную молодость и счастье жизни».

Существует много интересных легенд о женьшене.

По одной из них, в горах на границе с Кореей когда-то существовали два древних рода. Представителем первого рода был знаменитый воин Женьшень, защитник бедных и слабых, угнетенных и обиженных. Члены второго рода отличались жестокостью. Один из них, молодой стройный красавец, став грабителем-хунхузом, обижал, грабил народ. Женьшень, возмущенный бесчинством шайки хунхузов, напал на них, и, взяв в плен вожака, заковал его в кандалы. Пленного увидела сестра Женьшеня, красавица Лиу-Ла. Она влюбилась в вожака хунхузов, освободила его и убежала с ним в горы. Узнав об этом, Женьшень погнался за беглецами и скоро настиг их. Перепуганная Лиу-Ла спряталась за скалами. Начался жестокий бой. Женьшень, обладавший силой и ловкостью тигра, нанес своему противнику смертельный удар. Увидев это, Лиу-Ла громко вскрикнула от испуга и горя. Женьшень обернулся на крик, и это

погубило его. Собрав последние силы, умирающий хунхуз ударил Женьшеня в сердце.

Долго оплакивала прекрасная Лиу-Ла своего брата и любимого и, наконец, высохла, словно тростинка, а там, где падали ее слезы, появилось невиданное растение женьшень — «корень жизни», корни которого напоминали настоящего маленького человечка с головой, руками и ногами.

Нет на Земле другого растения, вокруг которого было бы создано столько легенд и сказаний, писал о нем в одном из своих произведений известный натуралист Арсеньев. В легендах о женьшене тесно переплетаются суеверия, возникающие на почве бессилия и страха темных людей перед грозными силами природы, и богатый народный опыт, тонкая наблюдательность искателей необычайно ценного корня, который продавался не дешевле золота.

Только человек с чистой совестью может найти «корень жизни», говорит одна легенда. Для человека порочного или аморального это недоступно. От такого человека корень глубоко прячется в землю, утверждает другая. В самом деле корень женьшеня имеет свойство с годами углубляться в землю так же, как луковицы многих известных декоративных растений,— тюльпанов, нарциссов. Это замечательное свойство растения приспосабливаться к суровым условиям природы Приморья и нашло отпечаток в китайских легендах, созданных сотни, а может и тысячи лет тому назад.

Еще одна легенда рассказывает: Женьшень, избегая преследований хунхузов, убежал в горы, где был превращен в корень, и чтобы его не узнали, наплодил много растений, подобных себе. Поэтому найти настоящий

женьшень очень трудно. И действительно, в Маньчжурской и Уссурийской тайге очень много растений, похожих на женьшень, которые часто вводят в заблуждение неопытных искателей. Кроме того, цвет и размеры стебля женьшеня, как доказали наши ученые, зависят от его возраста.

Беспощадной была эксплуатация купцами и императорскими чиновниками тяжелого и рискованного труда китайцев — искателей «корня жизни». Много этих отважных, обессиленных тяжелыми переходами, людей погибали в глухих чащах тайги, в когтях тигров, от рук грабителей-хунхузов, от лихорадки. Постепенно исчерпывались запасы дикорастущего женьшеня в лесах Кореи и Маньчжурии.

Всем известна женьшеневая горячка в Америке, охватившая американских любителей наживы, которые нашли в своих лесах родственное с женьшенем растение и хищнически истребили его за очень короткое время.

Женьшень, тысячелетиями прятавший от людей тайну своего «корня жизни», своих непревзойденных целебных качеств, открыл ее, наконец, русским натуралистам, а затем и нашим советским ученым. Только в Советском Союзе на огромном пространстве от Хабаровска до Посьета, покрытом богатыми Уссурийскими лесами, сохранились изрядные запасы этого ценного растения. Советское правительство предложило создать при опытных станциях плантации, питомники женьшеня. Ученые всеми способами стараются сделать это растение культурным, широко интродуцировать его. Теперь женьшень не является лишь дикорастущим растением, его выращивают на искусственных плантациях на Даль-

нем Востоке, на Кавказе и во многих ботанических садах, расположенных во всех уголках нашей страны.

Ботаники настойчиво работают над раскрытием «тайн» сокровищ зеленого клада — лимонника китайского, элеутерококка, эвкалипта и множества других, прославивших мир легендарных лекарственных растений. На помощь ученым приходят исторические сведения о растениях, мифы и сказания, которые содержат не только мистику и суеверия, фантазии и мечты, а и точные многовековые народные наблюдения.

Много легенд связано с тяжелым положением угнетенного народа тех времен, с его страхами, поисками свободы, счастья, стремлением к знаниям. Они свидетельствуют о роли, какую играли те или иные растения в жизни древних людей. Теперь эти легенды — достояние истории. Многие из них забыты, потеряны в веках, многие возрождаются снова, а растения, как и раньше, лечат и радуют людей, сопровождают почти все значительные события их жизни — и печальные, и радостные.

Alendi

ИСТОЧНИКИ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

Разнообразный растительный мир всегда привлекал человека. Люди подмечали необыкновенные качества растений и пользовались ими в быту. Побуждаемые вполне естественным желанием найти способы лечения болезней, они также останавливали свое внимание на растениях. Так появилась народная медицина. Вот почему можно сказать, что история лечебных средств, получаемых из растений, насчитывает столько же тысячелетий, сколько и человеческий род.

Первобытный человек все необходимое добывал из окружавшей его среды — природы, и свои болезни старался лечить растениями местной флоры. Человек

искал лечебные средства эмпирически, испытывая их пользу и вред на себе. Из рода в род, из поколения в поколение передавались рецепты такого лечения. Тайнами лекарственных растений владели «ведуны», «знахари», «костоправы», среди которых

можно было встретить действительно умных людей, страстно влюбленных в свое дело. Они вызывали большое уважение к себе и вместе с тем страх. Большинство из них были прогрессивными для своего времени людьми, но церковь всегда старалась свести на нет ту большую пользу, которую приносили древние врачи.

С появлением письменности стали известны более или менее подробные сведения о лечебных средствах. Наиболее древние высказывания о лекарственных растениях принадлежат шумерам (6000 лет до н. э.), которые жили между Тигром и Евфратом. Вавилонская и ассирийская культуры, пришедшие на смену шумерской, были более прогрессивными. В найденной древней библиотеке ассирийского царя Сарданапала (668 г. до н. э.), насчитывавшей 22 тыс. глиняных табличек с клиновидными письменами, 33 содержат описание лекарственных растений и добытых из них лекарственных веществ. Много табличек посвящено описанию болезней и способам их лечения с помощью разнообразных лекарственных растений. Имеется словарь лекарственных растений на вавилонском и ассирийском языках. Ассирийцам были известны сотни способов лечения. В их

столице Ниневии находился сад с лекарственными растениями, многие из них были завезены из других стран и выращивались в специальных закрытых помещениях. Это были, вероятно, первые в мире ботанический сад и оранжерея.

Сведения о лекарственных растениях позаимствовали у вавилонян и ассирийцев египтяне, о чем свидетельствуют рисунки на стенах храмов и пирамид, а также тексты на папирусах. В семи найденных древних папирусах содержатся записи многих рецептов от разных болезней. Уже за 4000 лет до н. э. был составлен папирус с перечнем сотен растений, имеющих лечебные свойства. Рецепты были очень сложными, количество веществ, входящих в них, насчитывало от 10 до 60 наименований, а мистические названия растений и до сих пор не дают возможности точно расшифровать их (например, горькая полынь в те времена называлась сердцем орла).

Египтяне также очень беспокоились о завозе иноземных растений. Выше уже было упомянуто об этом на примере распространения колы. А во времена царствования царицы Гатшепсут (1500 лет до н. э.) из Пунта (Сомали) было завезено множество лекарственных растений, которые высаживались в кадки и выращивались затем как комнатные растения (бальзамовые деревья и т. п.).

Большую роль в распространении лекарственных растений сыграли финикияне, мидийцы, персы. Так, известны имена персидского врача Зоратустры, в книгах которого описано множество лекарственных растений, и мидийского царя-врача Митридата, разводившего в

своих дворцах большое количество растений из других стран.

Известно также, что большое влияние на медицину других стран оказывала индийская медицина. Финикияне и другие народы вывозили из Индии большое количество растений и одновременно перенимали у индусов методы лечения. Применяли они сандал, черный перец, кардамон и другие растения, лечебное значение которых в современной медицине и до сих пор велико. На основе индусской возникает тибетская медицина, на которую существенно влияла и китайская.

В свою очередь у тибетской кое-что заимствовала народная медицина дореволюционной России.

Особое значение имела китайская народная медицина, основателем которой считают царя Шен-Нунга (3000 лет до н. э.). В своих книгах он приводит синонимы, ботаническое описание, лечебные свойства и способы применения растений, список болезней и средств борьбы с ними. Свои растения и продукты из них китайцы вывозили в другие страны, способствуя таким образом их распространению.

Особенно много для этого сделал известный итальянский путешественник Марко Поло. Он прожил в Китае 20 лет и все свои знания после возвращения передал родине, своим соотечественникам, которые в то время приняли все, как выдумку.

Всемирно известны греческие врачи Гиппократ, Пифагор, Диоскорид, Плиний, Геродот, Гален, Цельс. Последний составил первую медицинскую энциклопедию. Большое количество завезенных лекарственных растений греки культивировали у себя дома. Богами лечения считались Аполлон и Эскулап. Греками было введено

и слово «фармакон», означающее сразу три понятия: лекарство, яд, колдовство.

Немало полезного внесли в народную медицину в свое время арабы. В частности, именно у них возникла профессия фармацевтов, которыми были введены в практику пилюли, сиропы и пр. Арабы изготовляли также знаменитую розовую воду в Ширазе. Наиболее известным был арабский врач Авиценна.

В Европе медицина долгое время была подавлена схоластикой, использовалась в мистико-религиозных целях. И поэтому на протяжении многих лет большим спросом пользовались завезенные из других стран лекарственные растения.

Позднее, однако, начинает развиваться и европейская фармакология. Европейцев все больше интересуют лекарственные растения, которые завозятся из разных стран (особенно после открытия Америки и прямого сообщения с Индией).

В древней Руси лечением занимались, как уже упоминалось выше, знахари и ведуны, а на базарах имелись так называемые «зеленые ряды», где продавали лекарственные растения. С XI в. сохранились до нашего времени рукописные «травники» и «зельники», которые тщательно изучаются современными учеными.

Первую аптеку, которая обслуживала только придворных, открыл в Москве царь Иоанн IV. Аптекарями были иностранцы: сначала голландец Стеллингверт, а затем француз Френчем; лекарства выписывались из-за границы. И только через 200 лет был издан указ о снабжении лекарствами войск.

В эпоху Петра I в Москве появляются плантации лекарственных растений и наряду с этим ведется заго-

товка дикорастущих. Петр I придавал народной медицине, лечению растениями, изучению лечебных свойств дикорастущих отечественных видов растений большое значение. В 1718 г. он отправил в Сибирь первую экспедицию с целью сбора некоторых лекарственных растений, а также ввел культивирование и сбор лекарственных растений на Полтавщине, возле г. Лубны. Кроме того, на крестьян накладывалась «ягодная повинность», которая обязывала также к сбору некоторых лекарственных растений. Количество аптек было увеличено, а в Петербурге был заложен знаменитый «аптекарский огород», со временем превратившийся в первый ботанический сад в России. На этом «огороде» построили специальные помещения под стеклянной крышей — оранжереи для выращивания растений, завозимых из далеких стран. В «аптекарском огороде» проходили курс фармакологии будущие фармацевты, учились ботаники. Петр I дал толчок не только дальнейшему развитию народной медицины, а и постепенному превращению ее в научную.

Однако после смерти Петра I все его начинания были забыты. Придворные врачи и фармацевты были иностранцами, их совершенно не интересовала судьба русской народной и научной медицины. Народные лечебные средства не изучались, новые не отыскивались, отечественные растения перестали разводить, а изучение иноземных, завезенных,— приостановилось.

Только с развитием транспорта лекарственное дело понемногу снова начало возрождаться. Так, в конце XIX в. заготавливали уже около 180 видов растений и некоторые даже экспортировали. Появились книги, в которых отечественные авторы описывали русские

лекарственные растения (Амбодик; Трапп, написавший первую русскую «Фармакологию»; Тихомиров; Анненков; Варлих, составивший первый ботанический словарь и первый русский атлас лекарственных растений).

На современном этапе развития отечественной медицины и лекарственного дела народная медицина, которая на протяжении веков накапливала сокровища знаний, широко применяется в повседневной практике гомеопатов и даже аллопатов.

Большая армия специалистов-медиков вводит в практику множество ценных лекарственных растений.

Alendi

ЦВЕТЫ — ЛЮДЯМ

Прекрасные декоративные цветочные растения играют немаловажную роль в жизни людей. Ароматической называют медицину, которая лечит людей цветами и полученными из них лечебными веществами. Но не только в них заключается целебное действие цветов. Известный русский композитор П. И. Чайковский, находясь во Флоренции, очень скучал по родине. Увидев как-то на улице ландыши, он написал в Россию: «...Один вид этих милых цветов, красующихся в эту минуту на столе моем, уже достаточен, чтобы внушить любовь к жизни» [1].

Всем известно, что хорошее, бодрое настроение — залог здоровья. Наилучшие лекарства — спокойствие,

[1] П. И. Чайковский, Письма, 1950, стр. 301.

радостная улыбка, приятный чистый воздух, яркая зелень и цветы. Новая отрасль медицины, так называемая эстетотерапия, изучает влияние разных растений и цветов, а также ароматов цветов и деревьев на нервную систему людей, отыскивает более полезные (и декоративные) соотношения цветов в парках и садах, в санаториях.

С давних пор из лепестков роз изготовляли целебные напитки, которые якобы имели сверхъестественные качества. Уже в начале нашего столетия в Европе распространилось мнение о том, что розы лечат головную боль, что их аромат благотворно влияет на нервную систему, а цвет, особенно темно-красных роз, успокаивающе действует на человека. Кроме того, утверждали знатоки, розы повышают деятельность нервной системы и при этом никогда не одурманивают. И действительно, проследите за вашим настроением во время пребывания среди роз, где-то в розарии ботанического сада, либо возле этих чудесных цветов, высаженных кустами на газонах в парке или в саду. Оно обязательно будет чудесным.

Сторонники лечения ароматом цветов предлагали пациентам делать подушки из лепестков роз. Они уверяли, что человек, страдающий бессонницей или головной болью, полностью освободится от них, если будет спать на таких подушках или приложит к лицу хотя бы несколько бутонов роз. Нервным людям рекомендовалось чаще бывать в цветниках, где лучше сохраняются и аромат и цвет роз. Безусловно, этот рецепт не лишен наивности. Но изучение целебных свойств цветов — широкое поле для творческого содружества врачей и цветоводов.

Уже давно доказано, что фитонциды, выделяемые растениями, убивают болезнетворных микробов, очищают

воздух. Особенно сильными фитонцидными свойствами отличаются хвойные растения. В связи с этим санатории для больных туберкулезом, как правило, расположены среди соснового леса. Благодаря этой особенности хвойных отлично чувствуют себя и пчелы в кедровых ульях.

Еще в прошлом веке в Германии разводили в комнатах цветы дельфиниума, считая, что окраска этого цветка очень полезна для зрения. Это было еще до научного подтверждения успокаивающего влияния голубого цвета.

Итак, создавая в санаториях газоны, цветники, клумбы, нужно учитывать различные «черты характера» растений: шорох листьев, количество выделяемого кислорода, способность растений задерживать влагу, цвет листьев и цветов. Парки, сады и цветники должны быть такими же союзниками здоровья, как климат, воздух, минеральные источники. Теперь в некоторых парках создаются специальные лечебные уголки — фитонцидорарии, розарии и др.

Эстетотерапия должна заботиться о внутреннем украшении помещений, их цвете, не одинаковом, например, для северной и южной сторон, для спальных комнат, кабинетов, лечебных помещений, о правильном подборе растений для комнат, в которых человек проводит большую часть своей жизни.

Каждый цветок в парках, садах, на подоконниках наших комнат имеет свою тайну, которую очень интересно знать и использовать. Сколько радостных открытий и горьких неудач пришлось пережить людям до тех пор, пока нежные цветы привыкли к нашим условиям! Наши цветы рассказывают о развитии цветоводства на

протяжении тысячелетий, заставляют нас вспоминать историю культуры разных народов, и географию, и поэтические образы, навеянные красотой цветов.

Когда за окном еще поет вьюга, одним из первых на подоконнике зацветает душистый гиацинт из семейства лилейных. На одних гиацинтах все цветочки розовые, на других — синие, голубые, лиловые, ярко-красные, желтые. Название этому цветку дали еще в Древней Греции, где его считали цветком тоски. Легенда рассказывает о том, что этот цветок вырос из крови по желанию Аполлона — друга прекрасного юноши Гиацинта, который погиб во время спортивного состязания с этим богом. Вид нежного гиацинта рядом с причудливыми зимними узорами на окнах ободряет людей, напоминает о приближении весны.

Весной степи Поволжья и Алтая покрываются коврами из красных, желтых и пестрых цветов — диких тюльпанов. Эти цветы еще зимой можно видеть на наших подоконниках. Особенно их почитали 150—200 лет тому назад, когда генуэзские купцы завезли их в Европу из Персии и Турции. Огромным было тогда увлечение тюльпанами в Голландии, где за один цветок платили большие деньги золотом, отдавали взамен каменные дома, лошадей с каретами, устраивали специальные праздники в честь новых сортов тюльпанов. Звучала музыка, проходили пышные процессии, садовникам выдавали ценные награды.

Второй родиной тюльпанов считают Голландию, где и теперь выращивают их лучшие сорта. А прославленные голландские цветоводы, такие как Лефебр, в знак почтения к нашей стране, дарят нам лучшие из них.

Каждую весну в Москве на площади около Большого театра пламенем расцветают тюльпаны Голландии, названные Лефебром «Большой театр».

Кто не знает пышных ароматных ярких пеонов, которые употребляли для лечения разных женских болезней и в качестве тонизирующего средства. Как растение пеоны были известны еще в Древней Греции. Одна из легенд рассказывает, что этот цветок получил название по фамилии известного греческого врача Пеона. Последний так превосходно излечивал болезни, что его учитель, известный врач Эскулап, позавидовал своему ученику и решил отравить Пеона. Но боги превратили Пеона в растение, которое так же успешно лечит людей, как и он сам.

Родина многолетних кустов пеонов с махровыми цветами — Китай. Но не только китайские обладают декоративными и лечебными свойствами, наши отечественные декоративные виды: кавказский — тонколистый и дальневосточный пеоны отличаются сильнодействующими лекарственными свойствами.

В садах и парках, а зимой в комнатах у заботливых любителей цветов можно увидеть прекрасные белоснежные ароматные цветы лилии.

С давних пор лилию почитают народы многих стран. Упоминание о лилии находят в старинных иероглифах Китая, где она является символом свободы и надежды.

В древнем Египте очень почитали этот цветок, об этом свидетельствует засохшая лилия, сохранившаяся на груди молодой египтянки, саркофаг с мумией которой находится в Луврском музее. Из лилий египтяне делали «сузинон» — ароматное масло.

В Персии во времена Кира (конец V в. до н. э.) в чудесных садах-парадизах большое внимание уделяли оформлению лилиями лугов. Даже свою столицу древние персы назвали Суза — «город лилий», а в гербе этого города было изображено несколько лилий.

Властитель франков (V в.) — Хлодвиг, рассказывает легенда, одержал победу над немцами вблизи реки Ли, где росли лилии. Солдаты, которые возвращались с поля боя домой, в знак победы украшали лилиями свои щиты и шлемы. С того времени на знаменах Франции и в ее гербе красуются три лилии. Три столетия тому назад во Франции были изготовлены монеты с силуэтом лилии. Позолоченная конная статуя героини Франции Жанны д'Арк в рыцарских доспехах, с копьем и знаменем в руках, на котором изображены три лилии, возвышается возле королевского дворца.

В садах и парках, кроме белых, часто можно видеть ярко-оранжевые лилии, с закрученными кверху, словно чалма индусов, лепестками. Это чалмовидные лилии. Если на лепестках есть темные пятна,— это так называемая тигровая лилия. Похожие на нее ярко-красные лилии, которые, к сожалению, еще недостаточно распространены у нас в культуре, можно видеть в лесах всей Сибири и в Закавказье. Это так называемые «царские кудри», или лилия сарана.

Очень интересная сибирская легенда рассказывает о том, что сарана выросла из сердца казака, который погиб во времена завоевания Сибири. С этого времени этот цветок обладает магическим свойством придавать людям храбрость и силу, стойкость и верность.

В последнее время этот цветок выращивают в наших парках и садах.

Издавна цветы и луковицы сараны употреблялись в народной медицине как лекарство, которое придавало бодрость больным, улучшало их аппетит, тонизировало весь организм. Некоторые народности (например, якуты) высушивают их, мелют и из полученной муки выпекают хлеб и варят кашу.

В народной медицине с лечебной целью используют также луковицы и цветы белой лилии. Луковицу, сваренную в молоке, употребляют при наружных воспалениях, в частности, как способ против фурункулов, а отвар цветов белой лилии вместе с медом и горчичной мукой в равных количествах — эффективная мазь против веснушек.

Сарану, или тигровую лилию, которую в народе иногда называют еще «красивой лилией», употребляют в тех же случаях и тем же способом, что и белую лилию, а кроме того, слегка отваренную луковицу принимают внутрь, как маточное болеутоляющее и кровоостанавливающее средство. Рекомендуется 15-граммовую луковицу обварить кипятком, настоять 5—8 минут и пить настой по одной столовой ложке три раза в день.

Луковицу белой лилии применяют также в косметике для изготовления кремов и питательных масок для лица. Предлагаем маску такого состава: пчелиного воска — 50 *г*, меда — 70 *г* и сока луковицы белой лилии — 15 *г*. Маску нужно нанести тонким слоем на 15—20 минут на чистое, вымытое теплой водой лицо. Смывать ватным тампоном, смоченным теплой водой.

В наших парках и садах, на газонах и балконах, а также дома на подоконниках очень распространены небольшие белые, розовые или красные махровые цветочки, которые называются маргаритками.

В диком состоянии они встречаются на лугах и в рощах средней и западной части СССР, в Крыму и на Кавказе.

Цветы этого неприхотливого растения из семейства сложноцветных представляют собой соцветия-корзинки, наполненные плотно прижатыми друг к другу маленькими трубчатыми цветочками, а крайние ряды — это цветочки, которые имеют по одному большому язычку-лепесточку. Иногда у маргариток нет желтенькой серединки, и они полностью махровые. Это свидетельствует о том, что все трубчатые цветочки превратились в язычковые.

По греческой легенде, маргаритка возникла из праха Альцесты, жены царя Адмета, которая пожертвовала своей жизнью ради спасения мужа. Другая легенда рассказывает о дриаде Белидес, по воле злой судьбы превращенной в цветок-маргаритку.

Не прошла мимо популярного цветка и христианская мифология. Виновницей появления цветка оказалась Мадонна. Как-то она мастерила для своего сына, маленького Христа, цветочки из шелка, причем время от времени колола пальцы иглой. Малышу очень понравились искусственные цветы, и бог-отец сделал их настоящими, чтобы не колола Мадонна больше свои нежные пальчики и чтобы эти цветы и впредь славили святое семейство. «Божественная» слава этих цветов не спасла их, однако, от указа, который был издан в Германии в XVIII в. Согласно этому указу маргаритка объявлялась ядовитым растением и должна была быть уничтожена.

Усердие чиновников, которые начали уничтожать ни в чем не повинный цветок, не увенчалось успехом. Жи-

тели Германии, как и других стран, несмотря ни на какие угрозы, продолжали выращивать эти цветы, гадать «любит — не любит» и любоваться веселыми скромными цветочками.

Народная медицина открыла целебные свойства маргариток при лечении многих заболеваний: туберкулеза, заболеваний спинного мозга, мочевого пузыря, а также запоров. Кроме того, маргаритки употребляют и в виде порошка из высушенных растений; запарки в смеси с дубовой корой также применяют в гомеопатической практике (для лечения ушибов, ранений и для выведения родимых пятен).

С ранней весны и до поздней осени на клумбах в парках, на подоконниках и на балконах растут синенькие, желтенькие и фиолетовые скромные цветочки. Это анютины глазки — трехцветные фиалки. Они часто расцветают ранней весной рядом с душистой фиалкой в лесах, среди кустарников, на холмах.

Анютины глазки невольно вызывают у нас добрую улыбку. Их небольшие бархатистые цветочки, будто умилительные маленькие личики, смотрят на нас с любопытством и удивлением. Древнеримская легенда рассказывает, что в анютины глазки были превращены любопытные римские придворные, которые любили подсматривать под дверьми императора. Во Франции и в Англии эти цветочки называют «мыслью» и дарят при расставании на память.

Ботаники называют этот цветок виолой трехцветной, что в переводе означает — фиалка трехцветная. У всех народов мира фиалка является символом оживающей природы.

Очень любил фиалки немецкий поэт Гете. Каждый год весной он выходил в путешествие вокруг города Веймар с семенами этих цветов и всюду сеял их. С того времени и до сих пор вся местность возле города ранней весной покрывается коврами из фиалок. Их называют там «цветами Гете». А немецкие садовники в честь поэта вывели крупноцветные сорта анютиных глазок: «Доктор Фауст» (почти совсем черный), «Мефистофель» (ярко-красный), и «Маргарита» (нежно-голубого цвета).

Анютины глазки являются ценными лекарственными растениями. Благодаря тому, что в них содержатся некоторые алкалоиды (большей частью в корнях), это растение используют в научной и народной медицине с лечебной целью: как отхаркивающее средство, а также для очищения организма через поры тела от вредных веществ (при золотухе, кожных болезнях: экземе, фурункулах и сыпях). Оно полезно также и для усиления роста и развития организма и для предупреждения цинги, потому что в нем найдены провитамин каротин и витамин С. Кроме того, в листьях содержится желтое красящее вещество, а в цветах — синее.

Как мочегонное и потогонное средство трехцветные анютины глазки часто используют в народе при ревматизме или артрите (воспаление суставов), а также при рахите, подагре и золотухе при внутреннем употреблении и наружном применении (в виде ванн из отвара растений) и при всех болезнях легких. Рекомендуется, согласно опыту многих матерей давать детям при потнице отвар из листьев и побегов этого растения (по одной-две чайных ложки три раза в день).

А ноготки (календула) — кто не знает их? Это сред-

нерослые растения (до 40—60 *см*) с оранжевыми или желтыми цветами, которые по форме напоминают ромашки и очень распространены в культуре в парках и садах, на балконах и в диком состоянии на Украине. Цветут очень обильно с июля до сентября. Их любят в наших городах и селах за неприхотливость, продолжительность цветения и целебные свойства.

Разнообразные лечебные качества цветочков этих растений известны еще с XII в. и до сих пор не утратили своего значения — их используют при лечении многих болезней.

Ноготки содержат в себе, кроме эфирного масла, красящее вещество (похожее на каротин), витамин С и фитонциды.

В народе ноготки известны как мочегонное, потогонное, очистительное, вяжущее, ранозаживляющее, противогнойное, противовоспалительное средство, как лечебный способ при головокружении, при нервной горячке, а также как дезинфицирующее средство, задерживающее патологический процесс при раке.

В гомеопатии с незапамятных времен из цветов ноготков изготовляют настойку и мазь. В народной медицине широко применяют эссенции этих цветов, мази и примочки, а также препараты для полоскания, клизм, спринцевания, а иногда и пластыри — в случае ранений, язв и трещин слизистой ткани, при некоторых заболеваниях глаз, угрях и лишаях, а также при обмораживании. Кроме того, ноготки — эффективное рассасывающее средство при наростах на коже (мозолях, бородавках и др.).

Мак! Его яркие цветы всегда привлекали людей. В периоды революционных волнений во многих странах

во время демонстраций или стачек демонстранты часто несли в руках вместо красных знамен букеты красных маков, этих символических гимнов свободы.

Мак — одно из наиболее древних цветочных растений. Его семена находят в остатках жилищ первобытных людей. Маковая головка содержит более 30 тыс. семян. Вот благодаря чему он, мак-самосейка, так быстро распространяется и очень часто превращается в бурьян на хлебных полях.

Самым красивым является многолетний крупноцветный восточный мак, завезенный в XVII в. из Америки. Его выращивают в парках, скверах, садах, он украшает заводские территории. Его польза — в его красоте. А польза небольшого растения, со значительно меньшими цветами — мака снотворного — в его широко известных издавна используемых лечебных свойствах.

Древние римляне посвятили мак, благодаря его снотворному действию, богу сна — Морфею. В каждом цветке — легкие сны, говорит легенда. И когда Морфей хочет навеять сон, он слегка прикасается к человеку цветком мака. Еще за 500 лет до н. э. люди считали мак лучшим средством против бессонницы: в древнем Риме детям, которые плакали по ночам, давали кашку из мака, чтобы они лучше засыпали.

Действительно, мак является ценным лекарственным растением: его молочный сок содержит алкалоиды, которые часто применяются в медицине как болеутоляющее, успокаивающее и снотворное средство. Если дать сгуститься и подсохнуть молочному соку, который вытекает из надрезанных головок мака, то он превратится в густую буровато-коричневую массу — опиум — яд. Курение опиума, которое очень распро-

странено в капиталистических странах, приводит к полной утрате курцами работоспособности, к страшному истощению сил, одурманиванию и полному расстройству нервной системы. Контрабандное курение опиума, распродажа его наркоманам за большие деньги, является социальным злом капиталистических стран. А капиталисты наживают на этом огромный капитал, одурманивают бедноту, делают ее покорной, неспособной на активные действия.

Опиум следует употреблять только по назначению врача.

В народной медицине используют не только млечный сок мака, но и его головки, листья и семена. Свежий сок из маковых головок применяют от укусов комаров; припарки из головок, а также листьев — как наружное болеутоляющее средство, в частности при ломоте.

Растертые и разведенные водой семена мака в народе называют маковым молоком. Употребляют его как внутреннее средство в больших дозах (по полстакана 3—4 раза в день) при геморрое и сильном воспалении легких. Маковые семена входят также в состав глистогонных средств.

Но самое большое внимание уделяют в народе цветам, собираемым с дикого и самосейного мака. Лепестки очень осторожно высушивают, растирают в порошок и употребляют при болезнях желудка (особенно при катарах) в виде обыкновенного отвара, а отвар на молоке или на меду или настойка на водке помогают от любых спазм, бессонницы вообще или при умственном переутомлении. Отвар маковых цветов на молоке принимают от коклюша и при кори (чтобы прекратить сыпь) и при болезнях мочевого пузыря или мочеиспус-

кательного канала, а также при дизентерии и поносе у детей. Отвар маковых цветов на меду полезно употреблять при усиленной (ненормальной) потливости.

Кроме лечебных мак имеет еще и множество других полезных свойств. Чего только не изготовляют из мака! Из выращенных на колхозных полях маковых семян получают масло, которое значительно вкуснее подсолнечного. На маковом масле изготовляют ценные масляные краски. А какие великолепные картины пишут этими красками наши художники! Для изготовления самого лучшего туалетного мыла тоже употребляют маковое масло. Не пропадают и жмыхи — их охотно поедает скот. Даже листья этого растения можно выгодно использовать — на них хорошо выкармливается тутовый шелкопряд.

А лакомства с маком! Разве они вам не нравятся?

Осенью наши парки расцвечиваются пышными георгинами, поражающими гаммой цветов, в которой отсутствует только один — голубой.

Георгин — это второе название цветка далии. Почти два столетия назад (1784) два отважных испанских путешественника привезли в Мадрид из далекой Мексики продолговатые сочные клубнекорни каких-то растений. По их рассказам, растения эти были распространены на всем мексиканском плоскогорье. Путешественники были уверены, что привезли очень ценные съедобные растения. Желая прославиться, они презентовали их королю, который приказал посадить растения в саду своего дворца. Растение выросло и осенью расцвело. Немахровый, невзрачный на вид цветок (это была так называемая далия варьирующая) очень понравился королю, и он решил пока никому его не пока-

зывать. Он один хотел любоваться им. Клубнекорни, однако, оказались несъедобными.

Королевский ботаник Кованилес впервые описал это растение и дал ему название — далия, в честь ученика К. Линнея, известного шведского ботаника Даля. Так и росла у короля никому не известная далия.

Через двадцать лет (1805) известный немецкий ботаник и путешественник Александр Гумбольдт, вернувшись из путешествия по Южной Америке, тоже привез семена неизвестного мексиканского растения. И только эти выращенные из семян цветы проявили все декоративные свойства прекрасных цветочных растений. Гумбольдт назвал выращенные им растения в честь русского ботаника Георги — георгинами.

В отличие от картофеля, который сначала культивировали как декоративное растение, а лишь потом узнали о его полезных съедобных свойствах, георгины сначала выращивали как съедобные.

Благодаря интенсивному культивированию, многочисленным скрещиваниям это многолетнее на своей родине растение (у нас клубнекорни не переносят морозных зим) дало начало тысячам прекрасных сортов.

Наиболее старыми культурными сортами являются шаровидные и помпонные, на смену которым пришли крупноцветные с заостренными, как у цветов кактуса, лепестками — кактусовые георгины. Георгины обладают полезными свойствами. Их клубнекорни содержат ценное вещество — полисахарид инулин, который благодаря своей способности быстро превращаться во фруктозу — сахар, мгновенно всасывается тканями организма. Инулин в связи с этим широко применяется в медицине для лечения больных диабетом и пр.

ЛАНДЫШ — БОЛЬНОМУ СЕРДЦУ

Кто не знает нежных, душистых, изящных весенних цветов, которые жемчужинами рассыпаны под тенистыми деревьями в лесу, на лесных опушках, по оврагам.

Ландыши! Сколько сказок связано с этими цветами, сколько легенд!

Еще с детства в памяти сохраняются воспоминания о том, будто в ландышах прячутся на ночь солнечные зайчики, что цветы ландышей — это фонарики гномов и в них живут маленькие лесные человечки — эльфы.

Это Белоснежка рассыпала свое ожерелье, спасаясь от злой мачехи, и оно превратилось в душистые цветы.

В греческой мифологии упоминается о том, как однажды богиня охоты Диана попала в незнакомый ей лес, в котором жили фавны. Они влюбились в гордую Диану и стали ее преследовать. Стройная, ловкая девушка убежала от них. Но слишком далеко и быстро пришлось ей бежать, и все ее загорелое тело покрылось капельками душистого пота, который жемчужинами падал вокруг и превращался в волшебные цветы.

Старинная легенда рассказывает о водяной царевне Волхове, которая очень любила прекрасного Садко. Узнав о его «измене», о горячей любви к Любаве, в отчаянии вышла она на берег, чтобы в последний раз послушать волшебные песни своего любимого...

Но не было его на берегу. Долго искала она, прислушиваясь, по лугам и опушкам, по лесу. И вот... среди стройных берез — два силуэта в лунном сиянии. Он! А рядом, нежно прижавшись к нему,— Любава.

Сдержала рвущийся из груди крик гордая красавица Волхова. Отвернулась. Обессиленная горем, шла она, чтобы навеки погрузиться в свое холодное мертвое царство, спрятать в нем от всего мира нестерпимую тоску свою. И только луна в небе была свидетельницей ее слез, которые градом катились из прекрасных синих, как море, глаз и жемчужинами падали меж шелковых нежных трав, превращаясь в ароматные ландыши — красу любви и боль чистого, нежного, горячего девичьего сердца.

Одна из легенд говорит, что ландыши — это нежный счастливый смех Мавки, жемчужинами раскатившийся по лесу, когда она впервые почувствовала радость любви.

В поэтических произведениях цветы ландыша всег-

да связывают с чистотой, нежностью, верностью, любовью, с самыми красивыми чувствами человека.

Белоснежный душистый ландыш был любимым цветком многих выдающихся людей. Его очень любили известный математик Софья Ковалевская и писатель Куприн, поэтесса Леся Украинка и поэт Брюсов, известный химик Менделеев и великий композитор Чайковский, который даже сложил о нем стихи:

...Не знаю, но меня твое благоуханье,
Как дивная струя,
ласкает и манит,
Как музыка, она стесняет мне
дыханье.
О, ландыш! Отчего ты радуешь так
взоры?
Другие цветы и лучше и пышней,
И ярче краски и красивей узор,
Но прелести в них нет
таинственной твоей.
(П. И. Чайковский, «Ландыш»).

Цветы, великолепный аромат которых разливается по лесу, привлекают каждого прохожего; он обязательно свернет с дороги, чтобы собрать хоть небольшой букетик.

Этот прекрасный цветок растет преимущественно в наших лесах и значительно реже — в степи. Цветет он в мае и в начале июня. Однако очень часто его белые жемчужинки можно увидеть в феврале либо в конце сентября на окнах комнат, где любители-цветоводы разными способами заставляют ландыш раньше срока пробудиться от зимнего сна.

Ландыш — очень полезное растение. Его цветы и листья имеют лекарственные свойства и широко

используются в медицине. Из них приготовляют лекарства от многих болезней сердца.

Цветы ландыша используют и в парфюмерии для изготовления мыла и одеколона.

Несмотря на то, что ландыш очень распространен в Европейской части СССР, на Кавказе, в Восточной Сибири, на Дальнем Востоке — его не хватает. Берегите ландыш! Не вырывайте его с корневищем, на котором заранее закладываются почки для цветения в будущем году и которые являются хранилищем питательных веществ для будущих цветов.

Вспомним строение ландыша. С верхушки стройного стебелька (высота 15—25 *см*) свешиваются бутоны, а ниже — похожие на кувшинчики цветы.

Разрежьте цветок, разверните его и рассмотрите. Посредине — зеленый пестик, к краям венчика прикреплены 6 тычинок. Цветок опыляется пчелами и шмелями. После опыления вместо цветов появляются зеленые плоды, которые со временем превращаются в ярко-красные. Их поедают птицы, а семена ландышей они переносят в своих желудках на большие расстояния. Так путешествуют и расселяются эти чудесные цветы.

Существует легенда о том, что ландыш так горько оплакивал быстро уходящую весну, что кровь выступила из его «сердца» и окрасила зеленые слезы в красный цвет.

У ландыша всего 2 листочка и длинные подземные корневища, в которых, словно в кладовых, откладываются питательные вещества, кормящие растения ранней весной. От корневища отрастают новые побеги, значит, на одном месте недалеко друг от друга может вырасти целая группа ландышей.

Ландыши ядовиты. Да, да — ядовиты. Накормленный ландышами скот гибнет. И у человека при отравлении ландышами появляется тошнота, наблюдается иногда потеря сознания, судороги. В таком состоянии первой помощью, как и при любом отравлении, является применение рвотных средств и промывание желудка.

Особенно ценны свежие цветы ландыша, из которых изготовляют духи, а главное — делают лекарства. Однако свежее сырье требует немедленного консервирования в спирте, что не всегда возможно. Чаще используют высушенные ландыши, ибо они могут довольно долго сохраняться.

Собирать ландыши рекомендуют в начале цветения, в той фазе развития, когда цветы только распустились, стали белоснежными, но еще не пожелтели.

Нужно сорвать всю цветочную стрелочку и аккуратно оборвать с нее цветы руками или обрезать ножницами, либо срезать всю кисть возле ее основания (это уже будет второсортное сырье). Раскладывая цветы, кисти, листья, стебли, нужно следить, чтобы слой был как можно тоньше. Высушивают их на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. По своей биологической активности цветы в несколько раз превышают активность листьев и стебля.

Какие же сильнодействующие вещества таятся в этих хрупких цветах, которые, как маленькие волшебники, снимают неврозы, регулируют деятельность сердца, лечат компенсированные и субкомпенсированные пороки сердца?

Ландыш содержит в себе два ценных глюкозида:

активно действующие на сердце конвалотоксин и конваламарин. Кроме них в ландыше еще имеются алкалоиды, крахмал, эфирные масла, яблочная и лимонная кислоты.

Из цветов ландыша готовят стандартизированные экстракты — конвален и конвазид, а из листьев — коргликон. Широко известны так называемые «ландышевые» капли. Они регулируют деятельность сердца, успокаивая сильное сердцебиение и нервное возбуждение (принимают по 15—20 капель 2—3 раза в день). Настойка ландыша относится к группе сильнодействующих лекарств, в связи с чем установлены максимальные дозы: однократная — 30, суточная — 90 капель. Часто настойку ландыша употребляют в смеси с настойкой валерианы.

Настойку ландыша можно изготовить и дома. Сделать это очень просто: в баночку с узким горлышком помещают свежие цветы ландыша ($^3/_4$ банки), заливают почти доверху 90°-ным спиртом, закрывают и дают настояться в течение двух недель. Затем настойку фильтруют и получают желтую прозрачную жидкость, горькую на вкус, со слабым ароматом ландыша. Ее принимают по 10—15 капель три раза в день.

При сердечных заболеваниях с резко выраженными нервными проявлениями принимают в течение дня полстакана смеси из настоя травы пустырника [1], в который влито 30—35 капель настоя ландыша. Такую же

---

[1] Одну столовую ложку (с верхом) мелко нарезанного сушеного пустырника заливают одним стаканом кипятка. Настаивают 20 минут. Для смеси берут $^1/_5$ стакана настоя и разводят водой до половины стакана.

смесь в той же дозе принимают и при бессоннице, тоскливом настроении и т. п.

Нужно помнить, что новые препараты из ландыша — конвазид, конвален и коргликон, а также настойка листьев ландыша — являются сильнодействующими, следовательно, применять их нужно осторожно.

Конечно, всех интересует вопрос, можно ли выращивать это чудесное растение в комнатах, у себя дома на подоконнике. Да, можно.

Заблаговременно, с ранней осени, идите в лес и ищите там между кустами и деревьями на полянках и лесистых склонах широкие, немного пожелтевшие листья ландыша. Осторожно выкопайте корневище так, чтобы как можно меньше повредить корни. Выкопанные растения нужно рассортировать, отобрать корневища с двух- и трехлетними отростками, а молодые — снова посадить в почву. Если разрезать отобранные отростки, то в них можно увидеть уже заложенные цветочные стрелки. Растения осторожно донесите домой и высадите в низенькие плошечки либо маленькие горшочки в легкую песчанистую землесмесь, которая состоит из двух частей лиственной земли, одной части парниковой, $^1/_2$ части дерновой и одной части песка. Вместо дерновой земли в землесмесь можно добавить такое же количество торфяной.

Растения 1—2 раза поливают и через 2—3 недели выносят в темное прохладное место на отдых, где они сохраняются до времени пристановки (выведения из состояния покоя) — выгонки, или «пробуждения» от зимнего сна.

Если желательно, чтобы растения расцвели к Новому году, выгонку нужно начать где-то в начале

декабря или в последние дни ноября, учитывая, что растениям нужно 3—3,5 недели от пристановки до цветения.

Плошки или небольшие горшочки с растениями нужно внести в комнату с высокой температурой (25—28°С и выше) и ежедневно тщательно поливать. До появления бутонов растения должны находиться в темноте (горшочки с ними нужно накрыть колпачками из черной бумаги). Очень хорошо, если есть возможность держать высаженные растения так, чтобы дно плошки находилось при более высокой температуре, чтобы корни обогревались лучше, сильнее, чем молодые листочки. Кстати, нужно опрыскивать листья 2—3 раза в день теплой водой. Если не придерживаться вышеупомянутых условий, растения не будут цвести, а если и будут, то очень плохо.

После того как между листьями появятся цветочные стрелки с бутонами, колпачки можно снять, а растения поставить ближе к свету. Теперь можно постепенно снижать температуру. А когда начнут распускаться бутоны, чтобы задержать подольше цветение, держите растение при возможно низкой температуре (6°С) или хотя бы на ночь выносите в прохладное место.

Если вы не имеете возможности сделать сами или достать рекомендуемую землесмесь, то можно обойтись и без нее. В таком случае выкапывать ландыши нужно еще позже, тогда когда листья совсем пожелтеют. Подобранные отростки, находящиеся в данном случае в состоянии покоя, следует зимой сохранять в чистом песке, в холодном довольно сухом помещении с температурой 2—4°С.

В начале декабря их вынимают и погружают вместе с корнем на 12—15 часов в теплую воду при температуре 30—35° С. Делают так называемые теплые ванны, которые ускоряют выгонку растений. Очень важно в течение всего времени поддерживать в ванне равномерную температуру. Практически достичь этого можно разными способами. Один из них такой: посуду с отростками, погруженными в теплую воду, ставят в теплое помещение и тщательно укрывают одеялом или мешковиной.

Теплую ванну иногда можно заменить выдерживанием выгоняемых растений в холодильниках при температуре не ниже —1—2°С в течение 2—3 недель, а затем высаживать их в плошки или горшки. Подготовленные таким образом ландыши не следует садить в начале цветения в питательную землесмесь. Их можно высаживать в мох, песок, опилки и другие субстраты, задерживающие влагу.

Так же как и при обыкновенной выгонке, после обработки теплыми ваннами или низкими температурами растения следует помещать в темные помещения либо закрывать их (до появления бутонов). Температура при этом должна доходить до 30°С. Как только бутоны начнут распускаться, температуру постепенно снижают до 16—18°С.

Рекомендованные выше способы значительно улучшают результаты при ранней выгонке. Если выгонку производить позже, допустим в марте, т. е. пристанавливать растения где-то в феврале, то они уже не нуждаются ни в ванне, ни в выдерживании при низких температурах, ни в слишком высокой температуре в помещении при выгонке. Высаженные в горшки

растения держат в темноте при комнатной температуре до появления цветочной стрелки, после чего их выносят на свет.

Учтя все наши советы, вы сможете любоваться у себя дома очаровательными, душистыми цветами ландыша во время трескучего мороза и вьюги за окном.

Кстати, живые цветы ландыша выделяют летучие вещества — фитонциды, которые тонизирующе действуют на весь организм. Вы, наверно, замечали, как легко дышится в комнате, где есть цветущие ландыши. У вас улучшается настроение, повышается работоспособность.

Alendi.

МИЛОСЕРДНАЯ ЦАРИЦА

Роза — царица цветов! Никого не удивляет это выражение. Ведь это действительно так. Существует множество легенд об этом нежном, чудесном цветке.

Согласно древней индийской легенде, самая очаровательная женщина в мире — богиня Лакшми появилась из бутона розы. Едва родившись, Лакшми стала царицей красоты, а ее колыбель — роза — символом божественной тайны.

Одна из мусульманских легенд утверждает, что роза — дар самого бога. Однажды все растения попросили аллаха дать им нового повелителя вместо чрезмерно сонливого лотоса. Аллах прислушался к просьбам и в то же мгновение сотворил чудесный цветок — розу.

В Персии настолько почитали розу, что даже сама страна получила название Гюлистан — страна роз («гюль» — роза).

Розе и душистой розовой воде приписывали очистительную силу. Когда турецкий султан Салладин в конце XII в. отбил у христианских правителей Иерусалим, то он решил очистить от православного духа мечеть Омара, которая была превращена в церковь. Более 500 верблюдов доставили туда розовую воду, и помещение «отмыли от нечисти».

Аналогично поступил в 1453 г. Мухаммед II с храмом святой Софии в Константинополе.

Розу — цветок любви и красоты очень почитали древние греки.

Вот что рассказывает одна из греческих легенд. Богиня любви — Венера однажды гуляла в олимпийском саду. Задумавшись, она остановилась возле единственного в Эдеме куста роз, и кончиком своего розового пальчика легкомысленно коснулась одной из веток... Вскрикнув от неожиданной боли, красавица поднесла пальчик к лицу: на нем, как драгоценный рубин, краснела капелька крови. Не успела она даже рассмотреть ее, как капелька скатилась вниз, и упав на землю, превратилась в чудесную душистую красную розу, которую влюбленный в богиню Эрос попросил посвятить ему.

Розами встречали воинов-победителей. Древние эллины носили розы в знак траура, украшали этими цветами могилы и памятники, статуи богинь и т. п. Роза — этот «цветок любви» не раз «помогал» застенчивым влюбленным признаваться в любви.

...Культ розы в Риме превзошел все возможное!

Патриции засыпали розами любимых матрон, девушки окуривали себя фимиамом из роз, привораживая любимых, гладиаторы умащали тело розовым маслом, чтобы быть непобедимыми в жестоких играх. В Колизее дождем из роз приветствовали победивших гладиаторов и украшали их венками из этих цветов. Патрицианки купались в розовой воде, императоры и их дворцы буквально утопали в венках и гирляндах из роз. Во время пиров распущенные псевдопоследователи Эпикура возлежали на ложах из лепестков роз, и прекрасные рабыни осыпали их дождем из нежных лепестков. А однажды во дворце императора Гелиогабала во время пиршества на гостей обрушилась такая лавина лепестков роз, что некоторые из них даже задохнулись; это доставило большое удовольствие императору.

Во времена жесточайшего, самовлюбленного императора-поэта, страшного в своем гневе, Нерона корабли сквозь штормы и бури, исполняя его безумные приказания, доставляли из далекой Африки лепестки роз, которые стоили казне Нерона не одну бочку золота.

Такое чрезмерное почитание роз не могло не вызвать возмущения христиан. Знаменитый проповедник Тертуллиан написал суровое послание против применения венков из роз. Известный церковный деятель Климент Александрийский считал серьезным грехом украшать голову подобным цветком.

Лишь с падением империи прекратилось безграничное разбазаривание золота на розовые лепестки. И «святые отцы» через несколько столетий после «осуждения символа римского блуда и мерзости» объявляют розу

«райским цветком» и посвящают ее пресвятой богородице.

Снова очаровательный цветок обрастает множеством легенд, теперь уже христианских и далеко не таких лирических. Роза выросла на кусте после того, как «дева Мария» развесила на нем пеленки Христа; святой Доминикий, желая быть угодным богу, раздирает свою грудь терниями, которые превращаются в розы. Интересную историю рассказывают о святителе Николае. В трескучий мороз ему почему-то захотелось отнести кусок хлеба беднякам. Но игумен сделал ему строгое замечание за разбазаривание монастырских запасов. И в тот же миг произошло чудо: хлеб превратился в розы, как признак того, что Николай затеял «богоугодное» дело. Все это, безусловно, трогательно, но неизвестно, что же получили бедняки вместо хлеба?

Пышность французского двора эпохи Ренессанса не уступала патрицианской роскоши времен падения римской империи: великолепные балы, блеск бриллиантов, благоухание изысканных духов. Известно, что маркиза Помпадур ежегодно тратила на духи 1,5 млн. франков, а спальню кардинала Ришелье каждый вечер и ночью насыщали ароматом духов, ложе опрыскивали розовым маслом.

Во многих странах во время весенних праздников выбирали самую красивую девушку — «королеву роз». В Финляндии самым почетным орденом был орден «Белой розы».

Но роза не всегда была мирным цветком. В XV в. в Англии она стала символом двух враждебных партий, претендовавших на английский престол, а кровопролит-

ная война между ними получила название «войны алой и белой роз».

В Россию роза попала лишь в XVI в. и долгое время была придворным цветком. Однако упоминание о розе, вернее о празднике, напоминающем римские «розалии», находим в юго-западной части нашей страны значительно раньше. Древнерусские летописи указывают, что дьявол отворачивает людей от бога «гусльми и русалиями». Существует предположение, что слово «русалка» связано с «розалиями»: «русальная неделя» совпадает по времени с древним праздником цветов в Балканских странах, на Украине и в Белоруссии.

Розу считали «милосердным» цветком благодаря целительным свойствам изготовленных из нее духов, розового масла и воды. Ее лепестки накладывали на лицо, чтобы придать ему юношескую свежесть, настойку из пчел на розовом масле применяли для улучшения роста волос, а собранную с роз росу считали лучшим средством против воспаления глаз. И теперь розовое масло, получаемое из лепестков, широко используют в парфюмерии. Розовое масло и розовая вода являются составной частью многих лечебных мазей, косметических эссенций, туалетной воды и т. п.

Народная медицина рекомендует лепестки роз как слабо вяжущее и противопоносное средство. Применяют их также при заболевании легких, при кашле и некоторых заболеваниях глаз.

Правда, дикие прародственники пышной красавицы, насчитывающей более 20 тыс. сортов, как бы в оправдание своего скромного вида, имеют гораздо больше полезных качеств. Так, плоды шиповника — прекрасные витаминоносители: витамина C — 5,5% (в пере-

счете *на сухой вес*), *каротина — 12—18 мг*, *витамина* B_2 — 0,03 *мг*, витамина К—40 биологических единиц на 1 *г*. Имеется также и витамин Р. Кроме того, плоды шиповника содержат около 18% сахаров, 4,5% дубильных веществ и лимонной кислоты (около 2%). Даже *листья шиповника содержат витамин* С (0,38—0,55%). А в семенах есть витамин Е.

Плоды шиповника употребляют в сухом виде, в виде экстрактов (на 15°-ном спирте), порошков, таблеток, заваривают плоды как чай, а также используют в виде разных витаминных концентратов и других продуктов пищевой промышленности (конфет, цукатов, варенья, *ликеров, сиропов*). *В научной медицине широко* известен препарат холосас, применяемый при воспалении печени и желчного пузыря.

Благодаря высокому содержанию витаминов и других полезных веществ шиповник нашел широкое применение и в народной медицине. Чаи, отвары, кисели из него употребляют при многих тяжелых заболеваниях: тифе, скарлатине, воспалении почек, болезнях желудка и кишечника, печени, туберкулезе легких и др.

Лечебное применение шиповника дает особенный эффект при болезнях мочевого пузыря и почек (при наличии камней и песка). Препараты обезболивают и ускоряют процесс рассасывания камней. Для этого рекомендуют употреблять только кожицу с плодов, высушенную и настоянную.

Шиповник употребляют (и небезуспешно!) больные, страдающие язвами желудка и двенадцатиперстной *кишки (даже при кровотечении), катаром желудка*, очень пониженной кислотностью, малокровием, хлорозом (у девушек),

Отвары из листьев применяют при расстройстве желудка. Отвар из лепестков (100 *г* лепестков на 1 стакан воды, варить в течение 4—5 часов) — хорошее средство (в виде примочки) при глазных заболеваниях.

Из корней шиповника готовят отвар для лечения каменной болезни и малярии (заварить две столовых ложки сухого измельченного корня на 1 стакан кипятка: принимать по 1 столовой ложке три раза в день).

Во всех упомянутых случаях отвары готовят следующим способом: плоды шиповника размельчают в ступке, заливают кипятком (одну чайную ложку на полстакана воды). Кипятят в течение 7—10 минут. После того, как остынет отвар, его процеживают, а затем пьют по полстакана или по стакану 2 раза в день перед едой.

Детям нужно давать по четверти или по полстакана отвара в один прием. Чтобы отвар был вкуснее, можно добавить сироп или сахар. Такой отвар можно пить и как витаминное средство, вместо имеющихся в аптеках витаминных чаев, в которых плоды шиповника смешаны с плодами смородины и рябины. Эти чаи необходимы во всех случаях, когда ощущается недостаток витаминов в организме: при глазных болезнях (авитаминоз А), при куриной слепоте, задержке роста у детей, болезнях печени и почек, при цинге и при разных органических кровотечениях.

Состав одного из чаев: плоды шиповника (3 *г*), ягоды черной смородины (1 *г*), листья крапивы (2 *г*) заварить и пить как чай.

Чай из шиповника (40—50 плодов с семенами на 1 *л* кипятка) во всех случаях полезен для организма

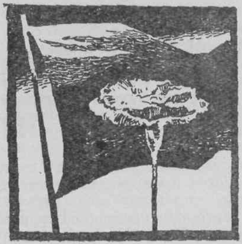
человека и является не только лечебным средством, но и ценным диетическим продуктом.

Листья заваривают как чай и пьют не дозируя.

Ликер из шиповника: измельченные плоды (1 стакан) смешивают с сахаром (1,5 стакана), заливают водкой (3 стакана), и ставят на 5 дней на солнце; затем добавляют еще 2 стакана водки и ставят еще на 5 дней, после этого процеживают и выдавливают. Пьют после еды по 10—15 *г*.

Как и многие другие растения, розу можно выращивать в комнатах. Наиболее пригодны для этого ремонтантные сорта группы бенгальских и французских роз, а также некоторые сорта чайно-гибридной группы, например: Талисман, Офелия, Мадам Баттерфляй и др.

Розы требуют очень много солнца и влаги летом, но в период покоя (с октября по декабрь) поливать их почти не следует. В этот период их нужно держать при довольно низкой температуре (8—10°C). Перед периодом покоя или перед пробуждением их необходимо подрезать. Начиная с января каждые 10—15 дней комнатные розы следует подкармливать раствором перебродившего коровьего перегноя (1 : 10) или раствором минеральных удобрений, которые продаются в цветочных магазинах. Землесмесь для роз должна быть легкой и очень питательной.



ПЫЛАЮЩИЙ ЦВЕТОК

Пятнадцать лет тому назад в Греции был казнен греческий национальный герой, отважный борец за счастье своего народа — Никос Белоянис. Враги народа оклеветали его и добились смертного приговора. Гордо стоял перед судьями молодой патриот, опровергая обвинения одно за другим. А в уголке его рта пламенела гвоздика — символ правды, непокорности и надежды.

Гвоздику почитают не только в Греции, ее можно увидеть во всех цветниках мира, а зимой — на тысячах и миллионах подоконников в квартирах.

Очень любят этот цветок во Франции. На юге этой страны, в Ницце, у подножья памятника русскому революционеру А. И. Герцену, посажены красные гвоз-

дики. Красным ковром горят гвоздики у прославленной стены *коммунаров в Париже, напоминая о пролитой* крови пламенных сердец погибших.

В капиталистических странах красная гвоздика символизирует стремление народа к свободе, становится своеобразным могущественным проявлением сопротивления, непобедимости. Известная писательница М. Шагинян в произведении «Пармская гвоздика» рассказывает о чудесном памятнике в Парме — монументе «Партизану». Однажды фашистские молодчики подложили под статую бомбу. Однако монумент не взорвался, а утром все увидели, что пространство вокруг него было забросано красными гвоздиками. А среди них — дощечки с надписями: «Мир и полное разоружение! Нет *фашизму, вива сопротивление!*».

В нашей стране гвоздику также очень почитают и выращивают в большом количестве.

Там, где растут эти цветы, воздух напоен чудесным ароматом, напоминающим запах цветов гвоздичного дерева, которое растет на Молукских островах. У культурной махровой гвоздики много родственников. Один из них — гвоздика полевая, на вид скромнее культурной, которая, однако, также пользуется немалым уважением народа благодаря своим лечебным свойствам.

Несмотря на то, что лекарственные свойства этого растения недостаточно изучены и в практику научной медицины оно не вошло, в народе гвоздика издавна заслуживала *уважение, как эффективное маточное средство*. Отвары и экстракты из гвоздик применяют при слабости матки, при кровотечениях, а особенно при атонии матки.

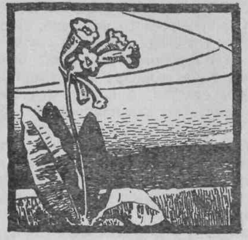
Изготовить эти лекарства очень легко.

Способы приготовления и употребления: отвар

листьев (150—200 *г*) на стакан кипятка; пить по одной столовой ложке три раза в день. Этот отвар сгущают в печи до $^1/_2$ и пьют по одной чайной ложечке 3 раза в день.

Гвоздичное масло — фабричное или изготовленное дома — применяют при скоплении кишечных газов и при засорении желудка. Готовят масло так. На бутылку прованского масла берут 1/10 бутылки измельченных листьев и стеблей полевой гвоздики, настаивают в течение 8 дней; принимают по 5—10 капель 3 раза в день.

Хотя в большинстве случаев гвоздика является грунтовой культурой, некоторые крупноцветные сорта ее можно выращивать и в комнатных условиях. К ним принадлежат: Розовая жемчужина, Вальмиерас, Алуксне, Спектрум и гвоздика шабо обыкновенная. Они требуют солнечного освещения, а зимой подсвечивания, легкой, очень питательной землесмеси щелочной реакции. Состав землесмеси следующий: 4 части легкой дерновой земли и 1 часть перепрелого коровьего перегноя. На 1 $м^3$ земли добавляют 400—500 *г* костяной муки. Гвоздики не переносят никакого пересушивания, однако и при чрезмерном поливе, особенно в осенние и зимние месяцы, они пропадают. Омолаживать гвоздики следует каждые два года. Для размножения осенью, зимой или даже ранней весной с боковых крепких побегов срезают ростки длиной в два междоузлия. Высаживать их можно сразу в небольшие горшки (нижний слой должен состоять из влажной землесмеси, а сверху — слой влажного песка 1—2 *см*). До укоренения ростки держат при температуре 14—15°С. Созревшие экземпляры гвоздики также требуют относительно низкой температуры.



ВИТАМИННЫЙ ЧЕМПИОН

Если весной вам случится бродить по лесу, то между кустами или на поляне вы обязательно увидите небольшое травянистое растение с розеткой светло-зеленых листьев у самой земли. Привлекательные желтые цветочки, собранные на верхушке небольшой цветочной стрелочки, напоминают склоненный набок зонтик. А иногда встречаются целые ковры, как бы сотканные из этих цветов. Это и есть чемпион среди трав по содержанию витамина С. Да, да. Среди дикорастущих цветочных растений среднего пояса СССР и Кавказа только лекарственная примула, или лекарственный первоцвет, имеет самое большое содержание витамина С—до 5,9%. Достаточно сказать, что два листочка

этого растения обеспечивают суточную дозу витамина С для взрослого человека. Листочки имеют приятный запах и сладковатые на вкус.

В Англии и Голландии этого «чемпиона» выращивают на огородах как домашнее культурное растение для салатов, а корни, запахом напоминающие анис, используют как пряности.

Примула издавна известна людям, что подтверждается большим количеством легенд. Однажды, рассказывает средневековая легенда, когда апостол Петр спокойно дремал на солнышке возле райских ворот, к нему подбежал запыхавшийся ангел и взволновал страшной вестью о том, что будто бы кто-то подделал ключи к раю и собирается впустить туда разную нечисть. Бедный апостол страшно перепугался, задрожал и выпустил настоящие ключи, которые держал в руке. Ангел метнулся за ними вслед, но не успел перехватить. Ключи упали на землю, где из них выросли цветы — первоцвет.

В некоторых странах первоцвету приписывали разнообразные фантастические свойства. С его «помощью» отыскивали клады, путь к сокровищницам, открывали волшебные замки.

В древние времена примулу считали чудодейственным растением. Древние греки называли ее цветком двенадцати богов и утверждали, что в нем спрятано целебное начало от всех болезней. Жрецы-друиды варили из примулы свой знаменитый «любовный» напиток.

Подобное зелье издавна существовало у многих народов. Известного римского писателя Апулея обвинили в том, будто бы он при помощи «любовного»

Розмарин.

Arandi

напитка околдовал свою жену. В то время настолько верили в чудодейственные свойства примулы, что с большим трудом Апулею удалось защититься на суде от этой безумной клеветы.

Примулу очень почитают в горных местностях. Ранней весной горцы стараются как можно скорее отыскать примулу и украсить ею свое жилище. Выезжая в другую страну, они обязательно берут с собой засушенный цветок примулы и сохраняют его как память о родине и родных.

В XVIII в. во времена царствования Екатерины II примулы разводили в оранжереях, а во дворце императрицы была специальная комната с изделиями из фарфора, изображавшими цветы примулы.

В последнее время примуле уделяют довольно большое внимание. Изучают полезные свойства многих ее сортов и видов. В больших ботанических садах есть специальные участки, на которых выращивают почти все, имеющиеся на Земле, виды примул, а те, что не выдерживают сурового климата, прячут под крышами оранжерей. Проводятся работы по выведению особо декоративных сортов примул. Уже и сейчас выращены такие, у которых диаметр цветка достигает 6 *см*, и собраны они в большие соцветия по 20 штук.

Примулу как лекарственное растение применяли раньше только в народной медицине, а теперь ее используют и в научной — препарат из ее листьев называется примуленом. С лекарственной целью используют все части растения: и корни, и листья, и цветы. Корни первоцвета содержат глюкозиды, примулаверин и примверин, витамины А и С, сапонин (5—10%) и следы эфирного

Эвкалипт.

масла. В листьях много витамина С и каротина. Максимальное количество витамина С содержится в листьях в период цветения.

Редким и очень ценным свойством листьев этого растения является то, что при быстром высушивании (120—130° С) они сохраняют до 95% аскорбиновой кислоты (витамина С). Порошок из листьев очень стойкий при хранении и даже через год не теряет своей активности.

Отвар из засушенных цветов первоцвета или настойку цветов на вине раньше пили для укрепления нервов.

В фармакологическом отношении лекарственный первоцвет прежде всего ценен как носитель витамина С, как непревзойденное отхаркивающее и мочегонное средство. Все препараты из примулы оказались абсолютно нетоксичными.

Отвары из примулы принимают не только при кашле, а и при бронхите, воспалении легких, коклюше и других заболеваниях дыхательных путей. Лекарства из этих растений оказались полезными и при ревматизме, в частности, как болеутоляющее средство (при болях в суставах), а как мочегонное средство — при всех болезнях почек и мочевого пузыря. Препараты из лекарственного первоцвета применяют при хронических запорах, а также при головных болях вообще и мигрени в частности.

Интересно, что как витаминное средство отвар примуловых листьев или порошок из них очень быстро действует при сложных случаях гиповитаминоза (слабость, вялость, отсутствие аппетита, бледность и жесткость кожи, воспаление десен).

Лекарственная примула не ядовита; можно, не опасаясь приготавливать из нее лекарства и дома.

Порошок из листьев. Весной, в период массового цветения примул следует собрать их светло-зеленые продолговатые листья, покрытые беловатым густым пушком (благодаря этому эти цветы называют еще баранчиками). Листья нужно быстро высушить при как можно более высокой температуре (110—120° С), потом растереть их в порошок и хранить в закрытой посуде; принимать при авитаминозе по 5 *г* (заваривать как чай). Суточная норма 5—10 *г*.

Настой из листьев. 5 *г* порошка из листьев обливают полстаканом кипятка, настаивают 20—30 минут в хорошо закрытой и укутанной полотенцем посуде (нельзя пользоваться жестяной или плохо луженной посудой). Настой нужно процедить. Для стабилизации витамина С рекомендуют в настой добавить 1 *г* столовой соли. Такой процеженный настой содержит 0,05—0,035 *г* витамина С. Настой следует выпить в течение суток. Хранить больше суток не рекомендуется.

Отвар из корней. 20 *г* корней облить 400 *г* кипятка и настоять таким же образом, как и отвар из листьев. Пить по полстакана 3—4 раза в день.

Научная медицина рекомендует кроме препарата примулена еще настойку, таблетки и отвар. Иногда корень примулы принимают в смеси с листьями анютиных глазок (виолы трехцветной), что значительно усиливает действенные свойства лекарств.

Первоцвет лекарственный очень неприхотливое растение, растущее на любых почвах, за исключением глин и торфяников. Его можно выращивать и в комнатных условиях. Ранней весной, как только распустятся

листья, а растения еще не успеют расцвести, их нужно осторожно выкопать, не повредив корни, и посадить в горшки. На дырочки в дне горшков следует положить небольшой черепок, а сверху насыпать 1—2 *см* чистого речного песка и 3—4 *см* хорошей перегнойной земли (лиственной смеси с парниковой) и лишь тогда садить выкопанное с комком земли растение, оставляя до края горшка 1—2 *см* для полива. Если в почвенных условиях примулы требуют тени, то в комнатных — им следует давать больше солнечного освещения. Весной и летом их необходимо часто поливать, постепенно уменьшая полив поздней осенью. Зимой растения требуют еще меньшего количества воды, ибо в это время они отдыхают.

Лекарственные примулы можно выращивать и на балконах, выходящих на юго-запад, запад и на восток или на северо-восток и северо-запад.

Все вышеупомянутое относится к примуле-дикарке, лекарственной примуле. В наших комнатах очень часто встречается другой вид примулы — всем известная обильно цветущая примула обконика. Эта культурная родственница лекарственной примулы издавна завезена к нам из Китая.

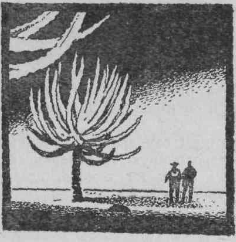
Это небольшое и также неприхотливое растение, которое почти в течение целого года радует всех своими простыми яркими цветочками. Примула обконика боится наших суровых условий, и поэтому ее выращивают только в комнатах. Она требует легкой, чуть кисловатой землесмеси, состоящей из 1 части дерновой, 1,5 части лиственной земли, 1/2 части торфа, песка. Пересаживать ее нужно один раз в 1—2 года. Поливать часто и осторожно, следя за тем, чтобы не заливать ее и не пе-

ресушивать. Пересушка приводит к пожелтению листьев, перебоям в цветении и к общему ухудшению вида всего растения.

Наилучшая температура для выращивания примул в комнатах 16—18° С. При более высокой температуре цветение будет не очень обильным, цветочные стрелки станут приземистыми, в два раза ниже тех, которые развиваются у растений при оптимальной для них температуре.

Размножаются все примулы семенами. В глиняные плошки или горшки, на разровненную по поверхности, очень увлажненную почву высевают семена, слегка вдавливая их дощечкой. Присыпать семена землей не следует, ибо маленьким нежным всходам будет тяжело пробиваться сквозь толстый для них слой земли. Плошки нужно прикрыть (до появления всходов) стеклом. Поливать с поддона. Чтобы мелкие семена не ложились на поверхность земли кучками, их перед посевом следует размешать с песком (1 : 20), и уже эту смесь высевать. Когда всходы достигнут 4—5 *см* высоты,— пересадить в другие горшки. Зацветают примулы через 10—14 месяцев после посева.

Примула обконика, которая так обильно цветет круглый год и которую можно увидеть почти на каждом подоконнике, может повлечь за собой неприятности. Ее листья и цветы, если их понюхать, вызывают у некоторых взрослых и детей мелкую сыпь или раздражение в виде ожогов.



КОЛЮЧИЙ ЛЕКАРЬ

Пустыня Карру... Название это вам незнакомо? Не каждому представится случай побывать в Африке да еще и в ее самой отдаленной южной части — там, где за пустыней Калахари, за Оранжевой рекой, находится Капская земля.

Если проехать морем до западной части южного конца континента, то можно увидеть высокие вершины горных хребтов: Столовую гору с плоской, ровной как стол, вершиной, а рядом Чертову и Львиную горы.

А левее, дальше — Мыс Доброй Надежды, который тянется от Черных гор до самого залива Святой Елены.

В горных долинах, орошаемых источниками, растет

большое количество растений с красочными, иногда диковинными, цветами. Но почти все местные растения не дают ни одного съедобного плода.

Если перейти Слоновую реку и перевалить через довольно высокие Кедровые горы, то на востоке можно увидеть плоскогорье Карру.

Красное, безмолвное, необычайное. Высокое содержание железа в песке, покрывающем поверхность, придает суровый и дикий вид этим местам. Летом земля пересыхает и становится твердой, как обожженный кирпич.

Среди красной пустыни изредка попадаются причудливые деревья, придающие местности еще более таинственный вид. Если подойти ближе к этим деревьям, то легко заметить, что это наши давние знакомые. Да, да. Высокие (до 10 *м* в высоту), с желтовато-бурыми, относительно тонкими стволами, согнутыми как бы под тяжестью огромных пучков толстых закрученных, как рога, серых листьев, растения — это хорошо знакомый нам столетник — алоэ древовидное.

А вот и цветы. Из середины пучка листьев вырастает цветочная стрелка с кистью или метелкой желто-красных или оранжевых трубчатых цветов. Их запах вызывает головную боль. Некоторые из нас до сих пор верят легенде, что алоэ цветет раз в сто лет. Но это ошибка. У нас дома, в комнатных условиях, алоэ действительно цветет довольно редко, так как ему не хватает благоприятных условий для цветения: мало света, низкая температура и т. д. А в Африке, на родине, оно цветет очень обильно.

Плод у алоэ — трехгнездная зеленовато-бурого цвета коробочка с черно-бурыми, сжатыми с боков, крыла-

тыми семенами. Алоэ может размножаться боковыми отростками и черенками.

Известно более 90 видов алоэ, большая часть которых является жителями Капской земли.

Цветет алоэ и в Аравии, и у нас на Кавказе, часто в оранжереях ботанических садов и очень редко у любителей цветов, хотя последние тщательно придерживаются правил выращивания, а именно: размещают растения на южных, юго-западных или юго-восточных окнах, садят в наиболее благоприятные почвы — средние и легкие со слабокислой или нейтральной реакцией, с богатым содержанием солей кальция, усиленно поливают летом и ограниченно зимой, пересаживают не чаще одного раза в два года в землесмесь из разных частей дерновой земли, лиственного перегноя и песка.

Обычно алоэ выращивают с июля по август путем отделения черенков от нижней части ствола и высаживая их во влажный песок, где они через месяц укоренятся, после чего их следует посадить в рекомендуемую землесмесь. Но при этом растения растут медленно и дают мало листьев. Такой способ размножения применяется в садоводстве и любителями цветов. Алоэ можно подкармливать летом — 1—3 раза слабым раствором минеральных или органических удобрений.

В настоящее время на Закавказской зональной станции Всесоюзного института растениеводства лекарственных и ароматических растений в Кобулети предложен другой способ размножения алоэ. После срезывания листьев с нижней и средней части ствола рекомендуется на черенке срезать верхушки, которые быстро укореняются, дают стойкую культуру растений алоэ

и в 4—5 раз большую массу листьев, чем растения, выращенные от черенков, отделенных от ствола.

Листья алоэ совсем не похожи на листья наших обычных деревьев. Они толстые, мясистые, снизу выпуклые, а сверху вогнутые. По краям остро зазубрены. Если полить лист водой, то она скатится шариками, а лист останется сухим. Если же отломать листок алоэ и окунуть его в банку с водой, то он сразу же сделается блестящим, серебристым: листья алоэ покрыты толстым слоем воска, который и придает им специфический матово-серый налет, как на сливах. Воск предотвращает интенсивное испарение воды с листьев: листья испаряют в сутки (с 1 *дм*² поверхности) 3 *г* влаги, а листья, с которых налет снят (вытерт), — испаряют 4 *г*.

Если разрезать лист алоэ, можно увидеть тонкую ярко-зеленую полосу поверхностного слоя и блестящую, похожую на желе, середину листа, состоящую из больших клеток, наполненных слизистым соком — отличным лекарственным веществом. Недаром алоэ называют колючим лекарем. Если вы разрезали себе палец, не беспокойтесь — срежьте кусочек листа алоэ, разрежьте вдоль и приложите серединой к ране. Ранка начнет быстро заживать.

Сок алоэ, содержащий в себе алоин, целый ряд органических кислот (коричная, щавелевая, алоэтиновая, алорциновая, хризаминовая и др.), смолы, дубильные вещества, эфирные масла, витамин С и каротин, очень полезен для лечения множества болезней: глаз, внутренних органов человека и т. п.

Кстати, установлено, что в алоэ, выращенном на

южных окнах, содержание витаминов значительно выше, чем в растениях, выращенных на северных.

С давних пор и до настоящего времени из алоэ приготовляют сабур — сгущенный до сухого состояния сок из листьев в виде зеленовато-бурых кусочков, напоминающих смолу. На вкус сок этот очень горький, поэтому, несмотря на то, что листья не имеют больших колючек, скот их не ест. Сабур обладает целебными свойствами и изготовляется из разных видов алоэ. Но наилучшим сабуром считается тот, который изготовляется из алоэ, выращенного на острове Соккотра.

В СССР сабур изготовляют из древовидного алоэ и применяют для получения галеновых препаратов.

В Южной Африке сок добывают так: срезанные листья раскладывают под наклоном, срезами вниз, по краям ямы, выложенной шкурой. Самопроизвольное стекание сока продолжается в хорошую погоду около 6 часов. Затем сок сливают в чан и выпаривают. На острове Соккотра в небольших ямах оставляют сок без надзора до испарения на солнце в течение длительного времени.

В Америке срезанные листья размещают в деревянных воронкообразных приспособлениях, из которых сок по желобу стекает в специально приготовленные сосуды, а затем его выпаривают в чанах.

В Аджарской АССР изготовление сабура производится следующим образом: срезанные в конце октября нижние листья ставят вертикально срезом вниз посуды, на дне которой имеется сетка. Через полтора часа основная масса сока свободно вытекает из листьев через сетку на дно. Оставшиеся листья измельчают и с помощью пресса выдавливают сок, который процеживают и вы-

паривают. В результате получают сабур, из которого готовят различные препараты алоэ, применяющиеся как в медицине, так и в ветеринарии.

Сабур в СССР раньше не изготовлялся и был предметом импорта. Промышленное производство сабура было сосредоточено главным образом в Южной Африке, а также в голландской Вест-Индии, возле северного побережья Южной Америки (барбадосский и куросавский сорта). Сабур, получаемый в настоящее время из алоэ наших субтропиков, по своим физическим и целебным свойствам не уступает импортным сортам.

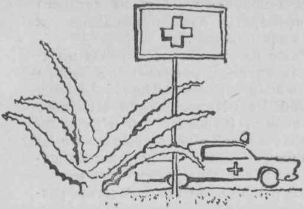
В горячей воде сабур легко, но не полностью растворяется, в спирте растворяется без остатка, в эфире, хлороформе, бензине и петролейном эфире — не растворяется.

Первые сведения об алоэ найдены у арабского географа Масуди, писавшего, что Аристотель (356—294 гг. до н. э.) знал о разведении туземцами на острове Сокотра алоэ с лечебной целью. Как учитель и наставник Александра Македонского, Аристотель посоветовал ему завоевать этот остров, выгнать туземцев и для более успешного разведения алоэ заселить его греками.

Следует сказать, что ни одно из известных лекарственных растений не пользуется таким большим успехом при лечении разных заболеваний, как столетник — алоэ. Его с давних пор и до нашего времени широко применяют с лечебной целью как в народной, так и в научной медицине.

В научной медицине алоэ применяется как желчегонное и слабительное средство.

В народной медицине алоэ применяется при лечении язв и ран, туберкулезе легких, как средство, вызываю-



щее аппетит, в качестве желчегонного и слабительного, а также при воспалительных процессах десен и век, для уничтожения бельм, при экзематозных поражениях кожи, волчанке и язвах желудка.

За последнее время все более возрастает интерес к изучению лекарственных свойств алоэ и практического применения его, проводятся экспериментальные исследования и клинические наблюдения.

Лечебные свойства алоэ были известны еще в глубокой древности египтянам, арабам, грекам, а также народам Китая и Тибета.

Алоэ-сабур применяли как внутреннее, так и наружное средство, из него изготовляли бальзамы, мази, эссенции и эликсиры для продления жизни, а также бальзамировали им трупы. В Китае алоэ применяли как противоглистное средство и при венерических болезнях. По утверждению одного древнего арабского врача, алоэ широко применялось в арабской медицине.

В X в. об алоэ упоминается в англо-саксонских, а в XII в.— в немецких лечебниках.

Выдающийся арабский врач Разес (860—930 гг.) написал 226 книг по медицине, которые в течение 500 лет служили пособием для врачей. В своих работах Разес пишет о том, какие лекарства следует применять при разнообразных заболеваниях. Так, в Индии при заболевании оспой для защиты глаз делали примочки — водные растворы из алоэ; при большом нагноении на коже присыпали ее ароматической пудрой, изготовленной из алоэ, роз и ладана; при кровотечениях из ран Разес рекомендует смесь алоэ, ладана и яичного белка.

Знаменитый врач Авиценна (980—1037 гг.) в своем труде «Правила медицины», на котором базировалась медицина не только того времени, но и средних веков, описывает влияние алоэ и способы его применения: в смеси с розовым маслом помогает при мигрени и лечит большое количество других болезней (глаз, желудка и т. п.).

По утверждению врачей Бухана (Москва, 1792 г.) и Добронравова (1843 г.), сабур применяли как слабительное при продолжительных запорах, для прилива крови к тазовым органам, ускорения кровообращения, как глистогонные и желчегонные средства, при желтухе, при психических заболеваниях (ипохондрия, мания), для укрепления желудочно-кишечного тракта и улучшения отделения желчи, при язвах роговой оболочки глаз и т. п.

Еще позднее, в научных трудах 1924—1940 гг., Кравков, Гефтер, Скворцов, Вершинин подтверждают необходимость употребления алоэ в качестве слабительного,

желчегонного средства, а также при туберкулезе и хлорозе. Они отмечают, что продолжительное употребление сабура вызывает кровенаполнение сосудов брюшной полости, и поэтому не рекомендуют давать его при беременности, менструациях и геморрое.

Как известно, после смерти человека клетки тканей продолжают еще некоторое время свою жизнь, в связи с чем ткани глаз, кожи и кровь скончавшегося можно использовать при некоторых операциях.

Известный всему миру русский академик В. П. Филатов открыл одно из наиболее важных свойств алоэ. Он установил, что в тканях, находящихся «при смерти», в борьбе за жизнь вырабатываются особые вещества — биогенные стимуляторы, влияющие на рост, заживание язв, уничтожение бактерий и способствующие выздоровлению организма.

Срезанный лист алоэ, по методу Филатова, выдерживали в темноте в течение 20—25 дней при температуре +3° С, или на грани «смерти». Впрыснутый под кожу сок из такого «умирающего» листа способствует, благодаря наличию в нем биогенных стимуляторов, выздоровлению людей, больных конъюнктивитом и другими глазными болезнями (глазные бельма, атрофия зрительных нервов, осложнение близорукости и т. п.). Применяют этот метод и при долго не заживающих язвах конечностей, язвах желудка и двенадцатиперстной кишки, туберкулезе легких и гортани, волчанке, бронхиальной астме, ранах и язвах на коже и др.

Экстракт из листьев алоэ, изготовленный по методу акад. Филатова, принимается по назначению врача для подкожных инъекций каждый день или через день в дозе от 1 до 4 *мл*, весь курс лечения рассчитан на

30—40 инъекций. Такой курс можно повторять несколько раз с перерывами в 1—2 месяца. При лечении глаз, туберкулеза легких рекомендуется начинать инъекции с малых доз (0,2 *мл*), постепенно увеличивая дозировку.

Как приготовить лекарства из алоэ? Как их принимать?

Для лечения больных хроническим бронхитом, бронхопневмонией, туберкулезом легких I и II стадий рекомендуется (Блиохом, 1924) принимать такую смесь: 1 часть листьев алоэ, две части свиного жира (сливочного масла или барсучьего сала), 2 части меда. Для вкуса следует добавить какао или ваниль. Всю эту смесь в течение 5 часов держат при высокой температуре в духовке. Это лекарство дают больным по 1 чайной ложке на молоке 3 раза в день.

После регулярного приема такого лекарства больные чувствуют себя значительно лучше: уменьшается кашель, исчезает изнуряющая больного потливость ночью, улучшается аппетит.

Согласно другому рецепту (Собкевич, 1936), при *вышеупомянутых болезнях рекомендуется принимать* сваренные с медом и маслом листья алоэ или же пить выжатый из листьев свежий сок.

Детям, больным туберкулезом, в возрасте от 3 до 10 лет рекомендуют (проф. Пичугин) давать сок алоэ по 1 чайной ложке 3 раза в день в течение 15—20 дней, затем сделать перерыв на 10—15 дней и снова повторить курс лечения. После лечения таким способом наблюдают прибавление в весе, улучшение аппетита, снижение температуры, увеличение лейкоцитов и т. п.

При продолжительном рентгенодерматите головы рекомендуют прикладывать свежие листья алоэ или сок из них к поврежденным местам (Коллинс и Кристен, 1935), причем установлено, что в первые же дни исчезает боль, а через пять недель наступает полная регенерация тканей в поврежденном месте. Наблюдают также восстановление чувствительности, пигментации и роста волос на этих местах.

В литературе встречаются свидетельства о том, что алоэ вылечивает также эпителиому (заболевания слизистой оболочки) гортани, нижней губы (рекомендуют прикладывать через каждые 4—5 часов в течение 2 недель мякоть листа (серединку) или делать примочки из сока алоэ в течение 24 часов, меняя их каждые 2 часа) [1]. Причем эффект дает только свежий сок алоэ; мази и другие препараты эффекта не дают.

Сок алоэ применяют также при ожогах. При лечении волчанки и скрофуледермы эффективны компрессы из сока алоэ (без ваты и бумаги), которые прикладывают 2 раза в день на 3 часа.

При долго не заживающих ранах и язвах кожи, при экзематозных поражениях кожи, лишае, кожном раке, при ожогах, к пораженному месту прикладывают 2 раза в день листья алоэ, срезав с них верхний слой, или же растертые листья, укрепляя их бинтом.

При заболеваниях горла и гортани (фарингит и ларингит) полощут горло 50%-ным водным раствором сока алоэ или же принимают выдавленный сок из листьев алоэ по чайной ложке 3 раза в день на теплом молоке.

---

[1] См.: Спецбюллетень международного противоракового института в Гаване, 1937 г.

Кофе.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря, при диспепсии, катарах желудка, плохом пищеварении (атония кишечника) и упадке сил *принимают настойку из листьев алоэ с вином* и сахаром или медом. Для приготовления этой настойки берут $^1/_2$ стакана измельченных листьев древовидного алоэ, добавляют к ним 1 стакан сахара (или $^3/_4$ стакана меда) и настаивают в темном месте 3 дня. После этого к смеси добавляют 1 стакан красного натурального вина и снова настаивают в темноте в течение суток. *Принимают эту настойку по столовой ложке 2—3 раза* в день перед едой.

Больные язвенным стоматитом жуют листья или полощут рот соком из свежих листьев алоэ. При кариозных зубах в полость зуба кладут кусочки листа алоэ, что часто успокаивает боль и способствует заживанию воспаленных десен.

Для употребления алоэ как слабительного применяется экстракт сабура в дозировке 0,1—0,25 *мг*, большие *дозы вызывают значительный прилив крови к тазовым* органам.

Несмотря на то, что алоэ широко используют для лечения самых разнообразных заболеваний, имеются и противопоказания к его применению.

Как уже упоминалось выше, еще в древние и средневековые времена врачи не рекомендовали давать *алоэ худым и нервным, полнокровным, беременным*, больным геморроем, и при острых заболеваниях почек.

По последним данным, алоэ противопоказано:

1) при острых воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта;

Какао.

2) при острых заболеваниях почек;

3) *при геморрое;*

4) при беременности и разных острых воспалительных процессах женских половых органов;

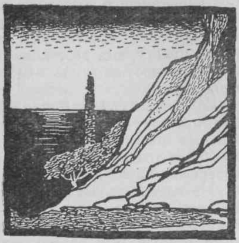
5) при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в стадии декомпенсации;

6) при обострениях туберкулеза легких, осложненных кровохарканьем.

Более 2 тысяч лет изучают алоэ, но и до сих пор еще не знают в совершенстве механизма его действия. Однако многие современные авторы приходят к выводу, что экстракт алоэ влияет на центральную нервную систему.

Так вот какое интересное лекарственное растение стоит у каждого из нас на подоконнике и ласкает глаз своим стройным силуэтом и смешными рогатыми листьями, между прочим, очень соответствующими современному интерьеру комнат.

Alendi



ПИТОМЦЫ ДРЕВНЕЙ КОЛХИДЫ

Кто не слыхал о Кавказе, не мечтал в свое время побывать в древней, воспетой еще Гомером, «пылающей Колхиде»?

Тут все наполнено восточной экзотикой и жизнеутверждающими красками. На побережье растут сотни видов растений, выращенные и взлелеянные своеобразными условиями этой естественной оранжереи.

Здесь нет зимы в нашем понимании этого слова, а за последними цветами осени сразу расцветают первые весенние цветы.

Обилие тепла и солнца, мягкая влажная зима, жаркое влажное лето, длинные, благоприятные для развития растений весна и осень,— эти особенности климата

Средиземноморья позволяют выращивать здесь растения, привезенные из разных уголков земного шара.

В течение тысячелетий люди привозили в этот район культурные растения, которые со временем становились неотъемлемой частью средиземноморского ландшафта.

Солнечные берега Колхиды, купающиеся в белопенном просторе бирюзового моря, приветливо приняли зеленых «пришельцев».

Какие только растения не растут на Черноморском побережье Кавказа!

Мохнатые стволы пальм с высоко поднятыми веерами листьев, кусты душистых, с розовыми и белыми цветами, олеандров, эвкалипты с желто-красноватыми стволами и кудрявой, легкой зеленью, не дающей тени, а рядом — агавы с громадными соцветиями, которые, как телеграфные столбы, возвышаются над темной зеленью кустов кизила, ежевики, сирийских роз.

Будто прислушиваются к чему-то стройные кипарисы, юкки выпрямили кверху, ближе к солнцу, крупные гроздья колокольчикообразных цветов. Миндаль и оливы, инжир и гранаты, хурма с необыкновенно ароматными ранними цветами... В мае в гранатовых рощах вспыхивают тысячи ярко-карминных цветов, а кое-где радуют взор ветки деревьев фейхоа, украшенные большими розовыми цветами с пушистыми красными гроздьями тычинок.

И осенью все насыщено такими же яркими красками: оранжевые плоды мандаринов, багрово-красные фонарики гранатов, темно-лиловый и коричневатый инжир, апельсины, хурма, лимоны.

Во дворах, в садах, на улицах, на больших колхоз-

ных плантациях — всюду виноград, прозрачный, желтый, зеленоватый, серо-зеленый, красновато-синий, темно-фиолетовый, покрытый сизой дымкой. Это настоящая химическая лаборатория, вырабатывающая при помощи солнечных лучей чистую глюкозу и фруктозу, минеральные масла, органические кислоты, витамины, ферменты, пектиновые вещества, клетчатку и пр., которые так великолепно укрепляют организм человека.

Некоторых «питомцев» древней Колхиды выращивают и на севере, но не на открытой почве, а в оранжереях, комнатах, на подоконниках. Благодаря тщательному изучению коллекций субтропических растений, сосредоточенных во многих ботанических садах нашей страны, некоторые субтропические растения уже привыкли к условиям среднего пояса, где они с успехом цветут и плодоносят на открытой почве (фундук, миндаль, магнолия и др.). Но большинство из них можно успешно культивировать только в комнатных условиях.

Многие субтропические комнатные растения, распространенные в нашей Колхиде, являются очень полезными в лекарственном отношении: цитрусовые (апельсины, лимоны, мандарины, грейпфруты, помпельмусы, бигарадия), лавр благородный и камфорный, олеандр, лавровишня и др. Об этих растениях и пойдет речь далее.

По древнегреческому мифу, в саду дочерей ночи — Гесперид росли «золотые яблоки». В этот заморский сад был направлен Геркулес, чтобы совершить свой одиннадцатый подвиг — вывезти их оттуда. После продолжительных приключений он, наконец, попадает в таинственный сад.

Во многих русских сказках также упоминаются

«золотые яблоки». Прообразом этих яблок были, вероятно, апельсины, лимоны, мандарины и другие цитрусовые.

Даже скандинавские легенды упоминают «золотые яблоки бессмертия»: кому посчастливится полакомиться ими, тот не узнает в своей жизни самого худшего — болезней и старости.

Некоторые немецкие сказки также рассказывают о «дереве жизни» с чудодейственными целебными плодами.

Многовековая гибридизация цитрусовых привела к полному вытеснению культурными сортами диких предков цитрусов. Длинный и сложный путь прошли первобытные гибриды, пока садовники Южного Китая и Индии не вырастили эти легендарные плоды, пришедшие в район Средиземноморья почти в современном виде. Правда, и европейцы приложили и прикладывают еще и теперь немало усилий, чтобы улучшить ценные качества цитрусовых.

Первые литературные упоминания о цитроне находим у Теофраста (около 300 лет до н. э.), который писал, что душистый плод цитрона совершенно не употребляли в пищу, а применяли только для борьбы с молью: ароматные кусочки клали в складки одежды.

Через несколько десятков веков после цитрона, благодаря арабским завоевателям, попал в район Средиземноморья и нашел там свою вторую родину кислый апельсин. До этого времени культура южного апельсина была известна в Малой и Средней Азии. Знаменитый врач тех времен Авиценна в своих рецептах рекомендовал сок кислого апельсина. Лимон же («ли-мунг») упоминается в древних китайских летописях, хотя родиной его, безусловно, является Индия.

Кстати, слово «апельсин» — немецкого происхождения и означает — «китайское яблоко».

Только в начале XV в. появился в Европе один из лучших представителей цитрусовых — сладкий апельсин, который на своей родине (в Китае) был известен еще в начале нашей эры.

По возвращении в Европу из далеких заморских странствований Васко де Гама восхищенно рассказывал об удивительных плодах, которыми угощали его в восточных портах Африки.

Красочный внешний вид и чудесные вкусовые качества нового цитруса — апельсина послужили причиной его быстрого распространения в Европе. Для этих нежных китайских яблок, не выносящих морозов, начали строить специальные помещения, которые с того времени стали называть оранжереями (от французского названия апельсина — «оранж»).

В России культура цитрусовых известна уже более 200 лет. Во второй половине XVII в. из Голландии в Москву впервые доставили партию деревьев лимона и померанца. В конце XVIII в. в усадьбах помещиков России быстро распространилась мода на выращивание французских «диковинок» — лимона и померанца как декоративных растений.

Интересно, что цитрусовыми, по крайней

мере апельсинами, так восхищались вельможи России, что когда в 1714 г. Меньшиков построил дворец с большими оранжереями, в которых выращивали апельсины, и дал ему название в честь апельсина Ораниенбаум (нем.— апельсиновое дерево), то это никого не удивило. А немного позже Екатерина II приказала именовать этот дворец вместе со слободой городом Ораниенбаумом и посвятила ему герб: оранжевое апельсиновое дерево на серебряном фоне.

Несмотря на то что цитрусовые дорого стоили и выращивали их только в оранжереях вельмож, тяга к ним была настолько большой, что они постепенно начали распространяться и в жилищах простого народа.

Рассказывают, что более ста лет тому назад, один ремесленник завез из Турции в с. Павлово, недалеко от нынешнего г. Горького, два растения лимона. С тех пор выращивание цитрусовых в этом селе стало традицией. И теперь почти каждый житель с. Павлово имеет дома 4—5 деревьев лимонов и апельсинов. Из этого же села и пошел известный комнатный сорт лимонов — павловский. Одно комнатное деревцо этого лимона дает за год (при заботливом, правильном уходе) 10—16 плодов.

Все виды цитрусовых растений, к которым относятся апельсины, мандарины и лимоны, распространены в границах ареала, достигающего в северной части — Гималаев и Северного Китая, а на юге заканчивающегося возле Австралии и Новой Каледонии.

В Америку апельсины попали раньше, чем в Россию. Еще спутник Кортеса, завоевателя мексиканских племен, Берналь Диас в 1518 г, впервые посеял апель-

сины в Мексике. В Южную Америку они были завезены в 1549 г., а во Флориду — в конце XVI в. Занесли и распространили их испанские переселенцы.

Промышленная культура цитрусовых на юге СССР приобрела «права гражданства» лишь в годы Советской власти. Однако известны они издавна: первое упоминание о цитрусовых есть уже в «Географии Грузии», написанной царевичем Вахушти.

В нашей стране непосредственно в грунте начали выращивать цитрусовые на узенькой полоске Южного Кавказа, вблизи границы с Турцией.

Большую подготовительную работу по окультуриванию и распространению цитрусовых провел известный русский ботаник А. Н. Краснов. После многих экспедиций в тропические и субтропические страны он собрал и сосредоточил в батумском ботаническом саду самую богатую коллекцию цитрусовых растений. Коллекция этих растений пополняется и теперь.

Ныне под цитрусовыми у нас находится площадь в несколько десятков тысяч гектаров. В СССР выращивают чудесные мандарины, апельсины и лимоны. Ежегодный урожай мандаринов превышает полмиллиарда плодов.

Почти все цитрусовые — растения вечнозеленые, но некоторые все-таки сбрасывают на зиму свой зеленый наряд.

Некоторые цитрусовые вооружены колючками. Наиболее интересным свойством цитрусовых является способность *прорастать несколькими всходами.* Одно зернышко может прорасти 1—2, а иногда и 10—12 ростками. Такое явление ботаники называют многозародыш-

ностью, или полиэмбрионией. Если не рассадить ростки, то вырастет одно, более крупное растение, а другие погибнут.

Плоды некоторых цитрусовых иногда не опадают по 1,5—2,5 года. Как правило, ни лимоны, ни апельсины не опадают на первом году жизни. Если их не срезать, то, провисев до зимы желтыми, они снова начинают зеленеть весной. Летом их кожура очень утолщается. Осенью они снова желтеют, поспевают вторично. Но двухлетние плоды, несмотря на их величину, имеют меньше полезных вкусовых качеств, т. е. содержат меньше витаминов, кислот и других действенных веществ. Не гонитесь за большими толстокожими плодами — это могут быть двухлетние плоды. Поищите плоды средних размеров, тонкокожие.

Деревья у цитрусовых не очень высокие. Они только изредка достигают больших размеров.

Мандарины — карликовые деревья. Даже 30-летние экземпляры не выше 3,5—4,5 *м*, но урожаи на них довольно обильные — 5—7 тыс. плодов.

В древнем Риме плодам апельсинов, висевшим на деревьях, придавали «модные» причудливые формы — кубиков, всевозможных вазочек, животных. Все это делалось при помощи глиняных и гипсовых формочек, в которые помещали растущие плоды.

Значительно позже французские садоводы эпохи Ренессанса вспомнили эту прихотливую «моду» древних, однако несколько изменили ее: засахаривали апельсины на дереве, чтобы высокомерные вельможи имели возможность лакомиться готовыми цукатами прямо с деревьев.

Апельсин

В состав апельсинов входят: вода — 90%, сахар — 4,6%, углеводы — 1,0%, кислота — 2,5%, азотистые вещества — 0,7%, клетчатка — 1,0% и зола 0,5%.

Апельсины содержат такие витамины: А — 0,16—0,25 *мг* на 100 *г* веса; B_1 — 0,008 *мг*, B_2 — 0,08 *мг* и С — 66 *мг*.

Кожица апельсинов содержит несколько видов эфирных масел, которые используются в парфюмерии.

Врачи средневековья применяли разные части апельсина, особенно кожуру, для лечения всевозможных болезней: при болезнях почек, кишечных заболеваниях, при лечении мочекаменной болезни и др. Некоторые врачи рекомендовали кожуру апельсина для лечения лихорадки.

Древний врач Нигрозелли сравнивал действие кожуры апельсина с действием хинина. Больным лихорадкой он рекомендовал ежедневно (2—3 раза в день) принимать порошки из толченой кожуры апельсина. Другие врачи использовали в своей практике апельсиновую кожуру как кровоостанавливающее средство. Миланский врач Септалиус прописывал отвар апельсиновых корок, чтобы унять сильные менструации. В Италии из цветов апельсина перегоняли апельсиновую воду, которую рекомендовали как потогонное и кровоостанавливающее средство. Уже в начале XVIII в. сок апельсина и лимона считали лучшим средством против цинги.

Некоторые врачи средневековья писали: чтобы остановить кровотечение матки, самым верным средством являются сваренные недозрелые апельсины в кожуре.

Иные врачи рекомендовали ежедневно съедать по

несколько апельсинов, как наилучшее средство против гриппа, фурункулов и для улучшения кишечной деятельности.

К сожалению, теперь лечебные качества апельсина не используются в достаточной мере. Лавры первенства принадлежат в этом отношении лимону. Возможно, это связано с тем, что апельсины часто не переносят наших климатических условий (даже в солнечной Колхиде) и не так широко используются в культуре.

Ныне апельсины используют преимущественно как полезные витаминные лакомства, как бодрящее средство и для утоления жажды при высокой температуре у больных.

Лимон

По крайней мере еще 3000 лет тому назад люди уже знали о лимоне много интересного и употребляли его с лечебными целями. Название «лимон» произошло от малайского слова «лемо». В Индии этот плод называется «ниму», а в Китае «ли-мунг», что означает «полезный для матерей».

Как утверждает известный ботаник Декандоль, родиной лимона является Индия, где он растет в диком виде в горных местностях, у подножья Гималаев, откуда и попал с давних пор в Месопотамию, где он акклиматизировался.

В Италию лимон завезли в IV в. до н. э., когда Палладий вывез его из Мидии, но широкого применения в те времена он еще не получил. Арабы завезли его в X в. в Палестину, а уже оттуда крестоносцы вторично завезли лимон в Италию и Сицилию.

Легенда рассказывает, как любимец одного из кавказских царей Хосрова попал в немилость. По приказу повелителя его посадили в тюрьму, где разрешили выбирать еду по своему вкусу. Заключенный просил давать ему только лимоны, говоря, что аромат лимона веселит мысли, кожура плодов и зерна полезны для сердца, в мякоти лимона он находит пищу, а соком утоляет жажду.

Другая древняя легенда рассказывает, как греки, восхищенные ароматом и цветом лимона, решили избрать его эмблемой своего веселья в день праздника, когда богиня Земли получила известие о бракосочетании Юпитера с Юноной. С того времени лимон фигурирует в брачных церемониях греков.

Целебные свойства лимона известны издавна. Еще древнегреческий философ Плиний утверждал, что лимон является исключительным средством от отравления. По рассказам Атенея, преступники, осужденные тираном Клеарком на смерть от укуса ядовитой змеи, спасались только тем, что перед казнью ели лимоны.

В XI в. китайцы уже разработали ряд рецептов для использования лимона и считали его «лекарственным плодом», пригодным для лечения ран, легочных заболеваний, цинги.

Какие же вещества содержит в себе лимон? Благодаря чему проявляется его большая лечебная сила?

В лимоне очень много витаминов. Прежде всего витамина С, лечебное значение которого известно всем. Он является лучшим средством против цинги, повышает сопротивляемость человеческого организма инфекционным заболеваниям, особенно заболеваниям дыхательных путей и желудочно-кишечного тракта. По

последним данным, насыщенность организма этим витамином ускоряет заживание ран, переломов костей, лечение язвенных повреждений желудочно-кишечного тракта, туберкулеза, ангины и т. п.

Витамин С содержится не только в плодах лимона, а и в других частях растения. Так, по данным Александрова, в зрелых плодах лимона количество витамина С составляет 50—67 *мг* на 100 *г* веса, в завязях — 83 *мг* и в кожуре плодов 163 *мг*, а в молодых верхушках побегов — даже 880 *мг*. Установлено, что среднесуточная потребность человека в витамине С составляет от 20 до 50 *мг*, а для детей — 25 *мг*. Следовательно, ценность лимонов — колоссальна.

Кроме витамина С, в плодах лимонов содержатся еще витамин В — 0,05—0,03 *мг*, небольшое количество витамина А — 0,02—0,015 *мг* на 100 *г*. Есть в них и лимонная кислота (5—6%), азотистые вещества (0,05%), сахара (0,87%) и вода (90,74%).

Лимонная кислота также является ценным продуктом и имеет лечебные свойства — растворяет мочевую кислоту и ее отложения и по всем данным может служить средством от атеросклероза.

Кроме того, в кожуре и в соке плодов лимона обнаружен витамин Р, при помощи которого ведется успешная борьба с различными видами кровоизлияний и повышенным кровяным давлением.

Почти все известные врачи прошлых времен применяли лимоны для лечения многих болезней. Авиценна, например, считал лимонный сок могучим сердечным средством. Кроме того, он прописывал лимон при желтухе и беременным женщинам для улучшения пищеварения и как противотошнотное средство. Некото-

рые врачи рекомендовали лимонный сок для выведения глистов.

В эпоху Возрождения после больших эпидемий чумы за *соком лимона* установилась слава наилучшего средства против чумы. Его принимали с какой-нибудь жидкостью по 2—3 столовых ложки ежедневно утром, как профилактическое средство против чумы и отравления. Другие врачи той эпохи считали его хорошим *мочегонным средством*. С успехом лечили лимонным соком и каменную болезнь (120 *г* сока ежедневно).

Настойку кожуры лимона на абсенте принимали для прекращения рвоты. Это средство с некоторыми незначительными изменениями вошло даже в современную фармакопею.

В конце XVIII в. лимонный сок пользовался большим успехом, как народное противоревматическое средство. Лечебное действие лимонного сока при цинге и болезни Барлова (детский авитаминоз) весьма эффективно. Уже во времена открытия Америки европейцы широко использовали лимоны от цинги. Так, известно, что прославленный мореплаватель Джемс Кук брал с собой на корабли запас лимонов, а в 1795 г. в Англии был издан специальный закон, по которому экипажам кораблей ежедневно выдавали порции лимонного сока. Несомненна также польза лимонного сока при афтозном заболевании рта и языка.

В медицинской литературе зарегистрированы случаи *лечения подагры лимонным соком*.

Лимон благотворно действует в тяжелых случаях хронической болотной лихорадки. В виде отваров его рекомендуют в Италии, как народное средство от змеиной лихорадки.

При случаях носовых кровотечений наилучшим средством считают введение свежего лимонного сока в нос.

Очень распространено в народной медицине лечение брюшного тифа лимонным соком (напиток с водой и коньяком).

При хроническом геморрое принимают через каждые 2 часа по 2 столовых ложки лимонного сока.

Врач Жобер предлагает лимонный сок и хлор против гангрены.

По данным многих врачей, в результате лечения лимонами (начиная с 1 лимона в день и постепенно увеличивая до 25 лимонов в сутки, принимая за курс лечения 200—300 лимонов), излечивались больные острым ревматизмом, подагрой и желудочными катарами. Сок благотворно действует также при лечении заболеваний крови. Однако некоторые врачи выступают против лечения такими большими дозами лимонов.

Обязательной составной частью при лечении гонореи у женщин является также лимонный сок в смеси со стрептоцидом (в виде вакцины) или местно — только лимонный сок.

Наконец, лимонный сок входит в состав многих мазей, эмульсий, масок, лосьонов, туалетных вод, применяющихся в косметике, является хорошим средством выведения веснушек. Так, при сухой коже очень полезно протирать на день лицо тампоном, увлажненным эмульсией, составленной из таких компонентов: сливки — 100 *г*, 1 желток, сок 1 лимона, глицерин — 5 *г* — все это смешивается со 100 *г* одеколона.

При наличии веснушек, при пористой и угреватой коже применяют ежедневно туалетную воду следующего состава:

1) сок лимона — 50 *г*, глицерин — 5 *г*, камфорный спирт — 10 *г* и вода — 25 *г* или

2) сок $^1/_2$ лимона, 100 *г* молока, 15 *г* водки, 10 *г* сахара.

Хорошо действующей питательной маской при сухой коже является следующая: сок лимона — 20 *г*, спермацет — 10 *г*, воск пчелиный — 10 *г*, спирт — 5 *г*, Маску накладывать тонким слоем на лицо на 20—30 минут.

Лимонная маска от веснушек состоит из таких веществ: сок 1 лимона, 1 яичный белок, 10 *г* сахара, 100 *г* воды. Накладывать на чисто вымытое лицо на 20—30 минут через день. Смывать ватным тампоном, смоченным в теплой воде.

Плоды лимона широко используются в кондитерской и винно-водочной промышленности (для изготовления цукатов, конфет, эссенций, ликеров, соков, напитков, сиропов и т. п.).

Если внимательно рассмотреть разрезанную тонкую желто-зеленую кожуру лимона, то даже невооруженным глазом видно 1—2 ряда округленных хранилищ с эфирным маслом.

Лимонный сироп и лимонное масло применяют для улучшения вкуса лекарств.

Из цветов, листьев и плодов лимона добывают ценные эфирные масла, применяющиеся при изготовлении духов, пищевых эссенций.

В народе наиболее распространено употребление лимона к чаю. Чай с лимоном является самым вкусным питьем для многих людей. И не напрасно — он придает бодрость человеку, тонизирует организм, насыщает его витаминами и другими ценными веществами.

Мандарин

Это небольшое по высоте деревцо с чуть опущенными веточками было известно еще с давних пор в Японии.

Европейцы впервые узнали о мандаринах из произведений неаполитанца Мишеля Тенора (1840 г.), который завез эти растения в Неаполь.

Благодаря своим чудесным качествам мандарин начал быстро распространяться, сначала — на юге Франции и в Алжире, а потом отправился дальше в другие страны Европы.

К сожалению, ценный нежный мандарин живет не дольше человека — 65—75 лет. Но благодаря действительно неимоверной для такого маленького деревца плодоносности оправдывает затраты, связанные с его выращиванием: мандариновое деревцо в полном расцвете сил дает по несколько тысяч плодов. Выращивают мандарины на Кавказе. До Великой Октябрьской социалистической революции мандарины у нас занимали площадь не более 400 *га*. Однако уже за годы первой пятилетки плантации цитрусовых, в частности мандаринов, увеличились в 7 раз, а за годы второй пятилетки площадь плантаций увеличилась до 20 тыс. *га*. В 1935 г. было собрано 200 млн. плодов цитрусовых.

После Великой Отечественной войны цитрусовое хозяйство, разрушенное в военные годы, не только было восстановлено, но и продолжало развиваться. Так, по неполным данным, уже в 1947 г. было собрано 685,5 млн. штук цитрусовых — на 100 млн. больше, чем в 1946 г.

В эти годы с успехом начинают выращивать мандарины в колхозах Узбекистана и Туркмении.

В наших субтропических районах наиболее распространенным цитрусовым растением является мандарин. Он занимает около 95% всех цитрусовых насаждений. Второе место занимает лимон (до 4%) и третье — апельсин (1,5%).

Это вызвано не только тем, что мандарины слаже, без косточек и более урожайные, но прежде всего тем, что лимоны и апельсины более чувствительны к неожиданному понижению температуры, в связи с чем они нуждаются в покрытии на зиму или в культивировании под крышей оранжерей, теплиц и т. п.

Но и с мандарином случается беда. Эти нежные деревца не всегда хорошо растут и иногда задают много хлопот ботаникам и садоводам.

Выше уже упоминалось о том, что мандариновое дерево 50-летнего возраста начинает стареть, а после 60 лет усыхает и пропадает. Но иногда (и не так уже редко) молодые мандарины начинают пропадать. Рост их прекращается, плоды становятся мельче, урожаи уменьшаются. Долго такое явление было загадкой для ученых.

После продолжительных поисков советский ботаник Н. В. Рындин выяснил, что причиной преждевременного усыхания мандаринов является гибель подвоя, к которому привит мандарин. Корни подвоя перестают подавать питательные вещества и воду в пышно растущую крону, и подвой погибает. Тогда перед ученым возник сложнейший вопрос — как оздоровить большое дерево? Интересным был метод, разработанный Рындиным. Он переставлял взрослое дерево на «другие ноги», т. е. заменял старый подвой новым, прививал не веточку к корню, а корни к кроне дерева.

«Омолаживают» цитрусовые деревья таким образом.

Около больного дерева высаживают молодой дичок. Когда он приживается на новом месте, нужно срезать у него крону, а заостренный стволик подвести под кору больного дерева. Как и все прививки, эту также обвязывают и смазывают садовым варом. Через некоторое время, когда привой прижился к кроне больного дерева и его корни начали подавать ему питательные вещества, больное дерево начинает понемногу выздоравливать. Но корней одного маленького дичка очень мало, поэтому с другой стороны больного дерева делают еще одну такую же прививку. Когда второй привой приживется, то старые, засохшие корни вырезают и выкорчевывают. А мандариновое дерево, которое снова нормально цветет и плодоносит, остается стоять на «двух ногах».

В настоящее время во многих совхозах Аджарии и Абхазии можно видеть двухъярусные деревья, где над «двуногим» мандариновым деревом распустилась вторая крона — лимона. Внизу, на первом этаже, дозревают мандарины, а сверху висят лимоны. Такие причудливые деревья получены путем прививок в связи с необходимостью повысить холодостойкость лимонов. Лимонам дают стойкие «корни» мандарина. Такие двухэтажные цитрусовые дают значительно большие урожаи плодов, чем два отдельных дерева.

Всем известна ценность мандарина, как пищевого, приятного на вкус, продукта.

Плоды мандарина содержат до 40—50 *мг* витамина С (на 100 *г* веса). Важной особенностью мандарина является то, что активность витамина С в его плодах сохраняется очень долго, даже при замораживании.

Клетчатка мандарина ослабляет перистальтику кишечника.

Мандариновый сок благодаря своим лекарственным и пищевым качествам наиболее рекомендуют детям (даже грудным) и больным. Он благотворно действует при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта. Мандарины очень полезно давать больным при какой бы то ни было болезни, при высокой температуре они утоляют жажду.

Последнее время стали употреблять также (с лекарственной и пищевой целями) кожуру плода мандарина, которая очень легко снимается и не имеет горького привкуса. *Плодовая кожура мандарина заменяет импортированную до последнего времени померанцевую кожуру.*

Померанец — плодовое дерево, которое культивируют главным образом на побережье Средиземного моря. Плод померанца похож на апельсин, но меньшего размера, темнее апельсина (темно-оранжевый) и горький на вкус. В свежем виде не пригоден для употребления.

Померанец (либо бигарадия) дает несколько продуктов:

1) *померанцевую кожуру — высушенная кожура* зрелых плодов, идущая на изготовление *галеновых* препаратов (причем белую внутреннюю часть кожуры выбрасывают);

2) померанцевые орешки (размером с горошину или орешек) — незрелые плоды, опадающие с деревьев. В сухом виде твердые, зеленовато-серые, ароматные. Эти два продукта содержат эфирные масла, горькие

вещества и глюкозид гесперидин. Их принимают для возбуждения аппетита;

3) померанцевые цветы — применяются очень редко, лишь в сухом виде;

4) эфирные масла разного состава и запаха, приготовляемые из кожуры зрелых плодов, из веточек с листьями и недозрелыми плодами и из цветов.

Мандариновую кожуру используют для изготовления ряда лекарственных препаратов (настоев, сиропов, экстрактов, галеновых препаратов), а также в ликеро-водочном и кондитерском производстве как вкусовое вещество.

Мандариновая кожура входит в состав патентованных лекарств, например, сиролина, который принимают как отхаркивающее средство (для детей) по 1 чайной или столовой ложке (в зависимости от возраста ребенка) 3—4 раза в день, запивая молоком.

Состав сиролина таков: экстракт мандариновой кожуры — 2,0 *г*, тиокол — 4,5 *см*^{3}, сахарный сироп — 5,0 *см*^{3}, спирт этиловый 96° — 3,0 *см*^{3}.

Грейпфрут и помпельмус

Грейпфрут в диком состоянии неизвестен. Предполагают, что это гибрид помпельмуса со сладким апельсином. Ныне он уже распространен в культуре в странах субтропического пояса.

Помпельмус происходит из Юго-Восточной Азии. В диком состоянии он также неизвестен. Распространен в Китае, а также во всех субтропических странах.

Плоды грейпфрута и помпельмуса обладают полезными свойствами. Они богаты витамином С и сахара-

ми. Сок грейпфрута, кроме витамина С, имеет еще витамины А и В.

Употребление плодов грейпфрута и помпельмуса повышает жизнедеятельность организма, способствует восстановлению сил при утомлении, пищеварению, частично парализует функциональный распад в области печени и снижает кровяное давление.

Грейпфрут — чудесный диетический плод. Едят его чаще всего с сахарной пудрой или с сахаром.

Грейпфрут представляет огромную ценность для пищевой промышленности. Из него изготовляют соки, ликеры, цукаты и консервы.

Оба эти вида плодов цитрусовых неприхотливы в отношении транспортировки и продолжительного хранения в свежем виде. В прохладном месте их можно сохранять до августа — сентября следующего года, при этом они не теряют вкусовых качеств.

В настоящее время на Черноморском побережье Кавказа ученые занимаются выведением раносозревающих и малосеменных грейпфрутов и помпельмусов. Лучшим из них является гибрид помпельмуса с мандарином. Плоды этого гибрида очень большие (иногда 350—500 *г*) и сочные. Кожура очень тонкая и хорошо отделяется от мякоти. На вкус — кислосладкие.

Выращивание цитрусовых в комнатных условиях

Почти все приведенные виды цитрусовых можно с успехом выращивать в комнате. Исключение составляют гибриды помпельмуса, которые еще не успели испытать в комнатной культуре.

Цитрусовые резко отличаются от наших известных плодовых деревьев, они растут, цветут и плодоносят в течение всего года.

В связи с тем, что методы выращивания цитрусовых почти одинаковы, по крайней мере очень похожи, в качестве примера приведем культивирование лимона — одного из наиболее распространенных в комнатных условиях цитрусовых растений.

Замена листьев у лимона происходит постепенно, по мере их старения. Каждый листик живет в среднем около 2 лет, а в благоприятных условиях и при хорошем уходе — и 3 года.

Необходимо тщательно ухаживать за лимоном: часто обмывать листочки водой или сбрызгивать через ситечко (не реже 1 раза в 2 недели); поливать умеренно, а также следить за тем, чтобы лимон не заболел (его часто поражает щитовка или красный клещик, высасывающий соки из листьев, в результате чего последние желтеют и опадают). Преждевременное опадание листьев свидетельствует о неблагоприятных условиях, которые следует немедленно изменить.

При благоприятных условиях — солнечное или очень освещенное местоположение, равномерный полив, своевременная пересадка (не чаще 1 раза в 2 года), отсутствие сквозняков, равномерная температура и влажность воздуха, дополнительное освещение в зимний период — лимоны в течение года имеют 3—4 периода роста. Таким образом, листья лимона отличаются не только годом образования, но и периодом роста. Листья весеннего роста размером крупнее, темно-зеленого цвета. Листья летнего образования — более мелкие и менее интенсивно окрашены.

После интенсивного роста каждой ветки наступает непродолжительный период относительного покоя, когда происходит созревание новых тканей листа и дерева.

Наличие слабого прироста или его отсутствие также *свидетельствует о неблагоприятных условиях для выращивания цитрусовых растений.*

Следует очень старательно оберегать прошлогодние листья (более темные и толстые), которые весной физиологически более активны и обеспечивают питательными веществами все растение, ибо молодые листья, только что развившиеся, подключаются к питанию всего организма лишь в следующем году.

Опадание листьев, порожденное неблагоприятными условиями, отрицательно влияет на урожай. Ученые установили, что для образования одного плода растение должно иметь не менее 10 зрелых листьев. А дереву еще нужны питательные вещества для образования новых листьев и для нормальной деятельности корневой системы. Следовательно, берегите листья на выращенных вами цитрусовых растениях!

Можно легко регулировать сроками начала плодо*ношения у лимонов, если знать типы, порядок веток* и отростков кроны и то, что плоды появляются на вет*ках 4-го и высших порядков.*

Применяя своевременную подрезку и прививку растущих отростков *при нескольких периодах роста растения*, можно за один год вырастить побеги двух-трех порядков.

В средней полосе, при непривычном для субтропических растений коротком дне, на лимонах часто развиваются большие, так называемые «жирующие» побеги, «забивающие» другие. Крона густеет, урожай

перемещается на периферию ее. Верхние ветки и побеги, которые быстро растут в вертикальном направлении и часто не плодоносят, следует укорачивать подрезкой, прививкой или пинцировкой. Цитрусовые плодоносят, как правило, только на более коротких, более тонких, горизонтально расположенных побегах, в плодоводстве их называют плодушками.

Бутоны на лимонах появляются в любое время года. По ним также можно установить оптимальность условий выращивания. Сильное опадание бутонов, а также появление деформированных цветов являются признаком очень высокой температуры и чрезмерной сухости воздуха или почвы, недостаточности питательных веществ.

Появление деформированных цветов — это также признак неблагоприятных условий среды: чрезмерного подсушивания почвы, очень высокой температуры и др. Только нормально развитый цветок — крупный, с пятью слегка окрашенными розовыми лепестками, с большим количеством тычинок — способен создавать нормальный плод.

Размножать лимоны можно семенами и прививкой. Вегетативный способ размножения содействует быстрому плодоношению. Растения, выращенные из семян, начинают плодоносить не раньше, чем через 8—10 лет.

Высевать семена лимонов можно в любое время года, лучше свежими, в глиняные плошки с влажным речным песком либо в рыхлую питательную увлажненную землесмесь на глубину 3—4 *см*. Через 3—4,5 недели при равномерной температуре (18—22° С) семена прорастают. Когда на маленьких сеянцах (до 7—8 *см*) появятся 3—4 листика, растения следует пересадить

в небольшие горшки со следующей землесмесью: $^1/_4$ часть дерновой, $^1/_4$ часть лиственной, $^1/_4$ часть старого перепрелого коровяка или парниковой земли и $^1/_4$ часть песка.

Через 1—2 недели после высаживания в вазоны к сеянцам можно привить черенок культурного плодоносящего лимона (если это летний период), который ускорит цветение и плодоношение.

Прививку делают с июня и до конца августа, когда толщина сеянцев возле корневой шейки превысит 7—8 *мм*, а также если кора легко отделяется.

Сеянцы, или окулянты (те растения, на которые сделана прививка), высаженные в вазоны, требуют тщательного ухода: ежедневно 2 раза в день их следует поливать, затенять от прямых солнечных лучей и через некоторое время делать подкормку.

Прививку можно делать и на двухгодичные растения в мае или в августе, когда растение дает новый прирост и кора легко отделяется.

На срезанной 1—2-летней веточке дерева, которое уже плодоносило, срезают листья, оставляя черенки, в пазухах которых заметны распустившиеся уже почки. Острым ножом или лезвием бритвы срезают почку с частью коры или маленьким кусочком дерева под почкой.

На подвое, у которого ствол или веточка не тоньше карандаша, делают Т-образный надрез. Кору осторожно отгибают палочкой или тупым концом ножа в сторону. Потом под отогнутую кору вставляют щиток с почкой. При этом следует внимательно следить, чтобы не вставить привой глазком вниз. Прививку плотно завязывают тоненькой полиэтиленовой лентой или размоченными волокнами мочала. Открытым оставляют

только глазок — почку. Через 1,5—2 недели черенок листа, оставшийся возле глазка, должен отпасть, это — признак того, что прививка принялась. На третьей неделе, когда почка набухнет, повязку следует немного ослабить, но до полного сращения тканей беспокоить прививку нельзя.

Как только почка даст росток длиной не менее 10 *см*, повязку снимают, а все ветки на 5—7 *см* выше прививки срезают. Место среза замазывают садовым варом или масляной краской или присыпают толченым древесным углем.

Выращивать лимоны следует при температуре 16—22° С.

Размножать их можно также черенкованием. Для этого берут молодые, созревшие (4—5 *мм* толщины) вегетативные побеги.

При черенковании следует пользоваться следующими правилами: длина черенка с 4—5 почками должна быть 10—12 *см*. Нижний срез делают наискось через почку (так называемый узел). Верхушку черенка подрезают таким образом, чтобы над почкой осталось 2—3 *см*, 2 нижних листка обрезают, а 2—3 верхних оставляют.

В комнатных условиях черенки можно высаживать в небольшие деревянные ящички (15—17 *см* высотой) или в глиняные плошки с песком, либо в небольшие горшки, которые накрываются стаканом для увеличения влаги в воздухе. Посуду с черенками лучше ставить над батареями для повышения температуры нижнего слоя песка, но не пересушивать субстрат и воздух, т. е.— следить за увлажнением почвы.

До появления мелких корней черенок питается за

счет веществ, имеющихся в листьях и побегах. Он вбирает незначительное количество влаги, а листья ее испаряют очень интенсивно.

Для того чтобы предостеречь опадание листьев и снизить испарение воды, песок следует все время поддерживать во влажном состоянии, а черенки опрыскивать водой и накрывать стеклом или полиэтиленовой пленкой.

Лучшая температура для укоренения черенков 18—25° С. С появлением корней (обычно через 2,5—3 недели) черенки можно слегка подкормить слабым раствором селитры — 5 *г* на 10 *л* воды, а затем через 12—15 дней высадить их в грядки или в горшки в парниковую землю, где они начинают быстро расти и через 3—4 месяца достигают 25—30 *см*.

Через некоторое время, когда корневая система оплетет ком, их можно снова пересадить в рекомендуемую выше землесмесь.

В тесном горшке лимоны растут очень медленно, слабо развиваются и плохо плодоносят, однако слишком большие вазоны способствуют усиленному росту листьев и побегов, «жирению», что также отрицательно влияет на плодоношение.

Землесмесь должна быть рыхлой, с мелкими комками, легкой, с хорошей проникающей способностью. Старые деревца требуют более плотной землесмеси, для чего и добавляют больше дерновой земли. Иногда в слишком плотной, тяжелой землесмеси, в связи с недостатком воздуха, корневая система разрастается вдоль стенок вазона.

При чрезмерном увлажнении внутренняя часть кома закисает или, наоборот, при небрежном поливе

пересыхает, вода стекает вдоль стенок горшка, не увлажняя всю почву кома. В хорошей землесмеси корни разрастаются равномерно, заполняя весь вазон, и при регулярном поливе и подкормке лимон нормально растет и плодоносит.

Пересадка лимонов с меньших вазонов в бо́льшие проводится в любое время года осторожно, без нарушения кома, с добавлением свежей землесмеси.

Очень важным агротехническим мероприятием, стимулирующим плодоношение у цитрусовых, является формирование кроны.

Крона цитрусовых, выращиваемых в комнатах, должна быть красивой, почти шаровидной формы, с мелкими, густо покрытыми листьями, плодовыми веточками, с достаточным количеством вегетативных побегов. Чем больше крона заполнена мелкими плодовыми веточками, тем большего урожая можно ожидать от дерева.

При соблюдении агротехнических правил, особенно в отношении формирования кроны и подкормки, лимоны, выращиваемые в вазонах и кадках, начинают плодоносить на 4—5-й год, и урожаи иногда достигают 40—60 плодов с одного дерева.

Правильно сформированное дерево должно иметь небольшой штамб (10—15 *см* в высоту) и 3—4 правильно расположенные боковые ветки 1-го порядка. При формировании кроны нужно следить за порядком разветвления веток, ибо плодоношение начинается только на ветках 4-го порядка.

Не забывайте, что на ветках 1, 2 и 3-го порядков, на жирующих и интенсивно растущих побегах никогда плодов не бывает.

Не бойтесь срезать ваш очень пышный лимон! Если вы уже наметили высоту штамба (10—15 *см*), отсчитайте 4 нормальных почки, выше которых и обрезайте, оставшиеся почки очень скоро прорастут и дадут побеги первого порядка, из которых 3—4 оставляют, выбирая наиболее правильно расположенные, а другие вырезают.

Побеги, достигшие 20—30 *см*, пинцируют (прищипывают, удаляют верхушку), чтобы прекратить рост в длину. После того, как вновь выросшие побеги созревают, их обрезают на 15—20 *см*. Слабые растения после первой обрезки иногда образуют только два побега первого порядка. В этом случае более сильный срезают очень коротко (на 2—3 глазка), для выгонки недостающих скелетных веток.

Подрезанные ветки первого порядка отрастают побегами второго порядка. Из них оставляют только по 2—3 на каждой ветке, после пинцировки и вызревания подрезают на 20—25 *см*, после чего они дают побеги третьего порядка.

В течение одного года можно вырастить два порядка веток. Формирование скелета кроны заканчивается выращиванием побегов четвертого порядка.

Цитрусовые переходят в период плодоношения. Важно запомнить, что когда после обрезки проросла только одна почка, обрезку следует повторить, сделав ее над двумя почками, расположенными ниже.

До тех пор, пока не закончено формирование кроны, нельзя допускать дерево к плодоношению.

Плоды образовываются на ветках и побегах нового *прироста и только изредка — на побегах, рост которых* продолжается.

После того, как растение начало плодоносить, его следует ежегодно подрезать. Первую подрезку делают весной, в период усиленного роста. Вырезают: 1) небольшие, с усыхающими концами, веточки, на которых были плоды (обычно они без листьев); 2) жирующие побеги; 3) больные, сухие и сломанные или те, что растут в глубь кроны, и 4) те, что загущают крону.

Жирующую крону подрезают на 20—25 *см* для формирования маленьких плодовых веточек, которые дадут урожай в следующем году.

После подрезки на веточках вырастает большое количество новых побегов, из которых следует оставить по 2—3, наиболее сильных и правильно расположенных на каждой ветке.

Если растение обильно цветет и плодоносит, не давая нового прироста, тогда в период бутонизации следует обрезать каждые 2—3-й побеги на $^2/_3$ длины. Короткое подрезывание вызывает появление новых побегов, которые в следующем году будут плодоносить.

Длинные побеги, уже имевшие плоды, подрезают также коротко.

Все лишние отростки, появляющиеся на стволе, скелетных ветках и ветках кроны, сразу же следует уничтожать — вырезать или общипывать.

Признаком сильного и здорового растения является рост вегетативных побегов одновременно с цветением и плодоношением. Отсутствие прироста указывает на ослабление дерева и наличие неблагоприятных условий выращивания.

Очень важным средством выращивания сильных деревьев является своевременная подкормка их. Недо-

статок питательных веществ приводит к плохому росту, опаданию завязей, цветов и плодов. Следовательно, цитрусовые растения, выращиваемые в комнатах, следует регулярно подкармливать в период массового завязывания плодов, т. е. в мае — июне каждые 10—15 дней раствором минеральных солей (на 10 *л* воды берут 7 *г* селитры, 5 *г* калийной соли и 0,25 *л* вареного суперфосфата). Суперфосфат приготавливают так: смесь 1 *л* воды и 50 *г* суперфосфата кипятят 30 мин., охлаждают и сливают для отстоя. Полученный концентрированный раствор перед применением следует еще растворить ($^1/_4$ *л* на 10 *л* воды).

Воду в растворе минеральных солей иногда заменяют раствором перебродившего коровяка.

Если появляется слишком много жирующих побегов, из раствора необходимо исключить селитру. С сентября до конца февраля подкармливать следует значительно реже (один раз в 20—25 дней) и более слабым раствором минеральных удобрений (4 *г* селитры, 3 *г* калийной соли, 75 *мл* вареного суперфосфата, разведенных в 10 *л* раствора коровяка). Раствором следует поливать только после увлажнения почвы водой — утром или вечером.

Количество раствора, необходимого растению, меняется в зависимости от объема вазона или кадки, состояния растения, его высоты, количества листьев на растении, времени года, почвы и т. д.

Ориентировочно на одно хорошо развитое растение до 1 *м* в высоту следует давать 500—600 *см*^{3} раствора.

Для нормального развития цитрусовых растений в зимний период (с конца октября ежедневно до конца

февраля) необходимо дополнительное освещение обыкновенными 80-ваттными электролампами, которые подвешивают вертикально над лимонами, на расстоянии 60—80 *см* над верхушкой. Расстояние между лампами (если в комнате несколько лимонов) равно 1 *м*.

В октябре следует зажигать освещение в сумерки (приблизительно в 6—7 часов вечера), в декабре в 4—5 часов вечера и до 10—11 и утром с 6 до 8. Ближе к весне следует постепенно, в соответствии с увеличением дня, дополнительное освещение уменьшать.

Нужно рассчитать так, чтобы световой день цитрусовых растений равнялся 11—14 часам ежесуточно. Часто короткий день является главной причиной сильного опадания листьев цитрусовых в зимний период.

Цитрусовым необходима равномерная температура, они не терпят сквозняков, которые могут служить причиной полного опадания завязей, бутонов, цветов и листьев.

Воздух в комнате не должен быть сухим (не ниже 70—75% влаги).

Цитрусовые требуют много солнца, поэтому летом желательно выносить их в полутенистое место в садик, закапывая с вазоном в землю (чтобы избежать лишнего испарения влаги из земляного кома). Вынесенные растения нужно ежедневно поливать, а крону — опрыскивать. В случае сильной жары опрыскивание водой следует повторять несколько раз в день.

Летом выставлять на балконы цитрусовые не рекомендуется в связи с сильными сквозняками и ветрами, забирающими чрезмерное количество влаги, которую растение не успевает своевременно пополнять.

Из цитрусовых растений лимоны наиболее теневыносливы и влаголюбивы (но при чрезмерном затенении они совсем не цветут и не плодоносят), апельсины — более засухоустойчивы и светолюбивы. Лимоны с успехом можно выращивать на восточных, западных, юго-западных, юго-восточных и южных окнах, а апельсины требуют только южного солнечного освещения.

Одной из причин неудачной культуры лимонов в комнатных условиях, в частности в вазонах на подоконнике, является более интенсивное охлаждение корневой системы по сравнению с кроной. Снизу холодный воздух с улицы через щели оконных рам охлаждает вазон с землей иногда до 6° С, а листья нагреваются потоком воздуха от батарей иногда до 20—25° С.

Охлажденные корни почти совсем не поглощают воду, а листья испаряют ее в большом количестве. Вода, *не поглощенная корнями, застаивается, закисает, корни* загнивают. Вот почему рекомендуют ставить цитрусовые на подставки возле окна.

Если не придерживаться хотя бы одного из приведенных основных правил — успеха в выращивании лимонов не будет.

Чрезмерно увлекаться цитрусовыми (выращивать очень большие экземпляры или разводить большое количество их в комнатах) не следует, так как они (по данным Института гигиены УССР) поглощают вещества, способные окисляться, т. е. воздух они не окисляют и не очищают.

Цитрусовые растения используются очень многогранно. Почти все части этих растений полезны: и плоды, и молоденькие побеги, и даже древесина цитрусовых деревьев имеет промышленное значение. Она

окрашена в приятный желтый цвет, высоко ценится, используется в столярном и токарном деле. Из древесины цитрусовых изготовляют разнообразные приборы и инструменты.

Лавр благородный

С древних времен в Европе были известны такие пряные растения, как шафран, чабер, укроп, сельдерей. Позднее, в начале крестовых походов, европейцы узнали и об ароматных пряностях Востока.

Издавна известно лавровое дерево, и часто упоминания о нем можно встретить в греческой мифологии, которая посвящает его богу красоты Аполлону. Лавровый венок и до сих пор является символом славы и победы (отсюда и слово лауреат — увенчанный лаврами).

Вероятно, еще в древности лавр считали лекарственным растением. Его листья и плоды применяли для лечения всевозможных болезней. Так, Гиппократ рекомендовал лавровое масло против тетануса, а листья — для успокоения родовых потуг.

Знаменитый врач Гален применял лавр при болях и камнях в почках, арабский врач Разес использовал листья лавра как специфическое средство против тика лица.

В средние века ягоды лавра употребляли от кашля, использовали для лечения ран на волосистой части головы. Сухие листья лавра применялись при лечении лихорадки.

Лавр — это вечнозеленое дерево, растущее в полудиком состоянии на Черноморском побережье Кав-

каза и в горах на высоте 60—70 *м* над уровнем моря, иногда оно достигает 8—16 *м* высоты, а диаметр ствола бывает 50 *см* и больше. Ствол сероватый, крона густая, покрыта темно-зелеными продолговатыми листьями. Цветки мелкие, беловатые, собраны по 4—6 в зонтикоподобные соцветия.

Плоды лавра небольшие (длиной 2 *см* и шириной 1 *см*), черновато-синие с одним зерном. Цветение лавра происходит в марте — июне, а плоды созревают осенью (октябрь).

Несмотря на то что лавр является субтропическим растением и распространен в районах с мягким влажным субтропическим климатом, он оказался очень засухоустойчивым. Это дерево просто растет на каменистых склонах. С первого же года дает глубокую корневую систему и не переносит чрезмерной влаги и близкого уровня почвенных вод. Растет он на самых разнообразных почвах, на участках, освещенных солнцем в течение всего дня. И в таких условиях он дает большие урожаи листьев.

Лавр имел и до сих пор имеет большое хозяйственное значение. Лист лавра — общеизвестная пряность и приправа к пище, используют его в консервной промышленности, для изготовления лаврового масла, а плоды — для лечебных целей.

Плоды лавра содержат 25—30% жирного и 0,8% эфирного масла, также крахмал, сахар, дубильные и горькие вещества и пр.

Лавровые листья следует собирать зимой — с середины ноября и до середины декабря. Секаторами или остро наточенными ножами срезают тонкие веточки (побеги прошлого года) так, чтобы срезы были неболь-

шие, чистые. Собранные листья высушивают до 14% влажности на открытом воздухе, в тени или в проветриваемом помещении. При оптимальных условиях листья высыхают за 5—10 дней. Признаком правильной сушки является сохранение листьями зеленого цвета.

Плоды лавра собирают в период, когда они окрашиваются в черно-синий цвет (октябрь — декабрь). В это время они содержат наибольшее количество эфирных и жирных масел. Высушивают плоды в сушилках при температуре не выше 40° С. Перед сушкой их следует обязательно немного подвялить на солнце. В готовом сушеном виде плоды должны сохранять свой аромат и пряно-горький вкус.

Плоды лавра и лавровое масло используют в народной медицине. Толченые плоды и жирное лавровое масло входят в состав некоторых мазей: популярной «бобковой мази», которую применяют против чесоточного клеща, при ревматизме, спазмах, опухолях, параличах, коликах и т. п.

Лавровое масло можно изготовить дома: 30 *г* мелко нарезанных лавровых листьев настаивают в теплом месте в течение 6 дней на 200 *г* подсолнечного или прованского масла, потом процеживают и выдавливают.

Как и все неприхотливые растения, благородный лавр успешно выращивают в комнатах. Следует заметить, что это дерево требует освещенных комнат с экспозицией на юг, юго-восток и юго-запад. На северных окнах он очень вытягивается и теряет свой декоративный вид.

Выращивают лавр из семян или (чаще) черенков. Черенки берут с верхушек чуть-чуть одеревеневших по-

бегов текущего года и высаживают в увлажненный песок.

После укоренения черенки следует пересадить в небольшие вазоны с питательной землесмесью чуть щелочной реакции (1 ч. тяжелой дерновой земли, $^1/_2$ ч. парниковой, $^1/_3$ ч. лиственной, песок, немного старой штукатурки с известью).

Пересадку созревших экземпляров следует проводить не чаще одного раза в два года.

При культивировании лавра следует тщательно следить за поливом, особенно зимой,— чрезмерный полив вредит этому растению.

Весной следует обязательно подстригать побеги на $^1/_3$ их длины, вторую подрезку можно делать в августе, а при довольно сильном росте можно подрезать и третий раз где-то в конце сентября — в начале октября.

В летний период (с июня по сентябрь) желательно давать лаврам подкормку (не чаще одного раза в 12—15 дней) минеральными удобрениями — 7 *г* селитры, 7 *г* калийной соли, 200 *см*³ вареного суперфосфата на 10 *л* воды. Подкормку минеральными удобрениями можно чередовать с подкормкой раствором коровяка (1 : 10).

Кроме лавра благородного в советских субтропиках распространен камфорный лавр — довольно большое дерево (иногда высотой 20—30 *м*), родом из Южного Китая. Он очень распространен на о-ве Тайвань, в Японии. Успешно разводят его и у нас на Черноморском побережье Кавказа. Этот близкий родственник обыкновенного благородного лавра содержит известное в медицине вещество — камфору.

Используют камфору в научной и народной медицине, в косметической и парфюмерной промышленности. Камфора широко известна, главным образом, как средство, возбуждающее ослабленную сердечную деятельность, как болеутоляющее средство, как отхаркивающее и усиливающее дыхательную деятельность, тонизирующее дрябловатую кожу и пр.

Камфорное масло является главной составной частью широко известных зубных капель «Дента», применяющихся как болеутоляющее средство при острой зубной боли, а также отхаркивающего патентованного средства «Парегорик».

Наиболее широко применяют камфорное масло: при ослабленной деятельности сердца и дыхания, при остром отравлении, при острых болях в ушах и т. п.

В косметике камфора применяется в виде камфорного спирта в туалетных водах, рекомендуемых при угреватой и пористой коже.

Мирт

Среди пышной природы Юга не сразу можно заметить небольшое по высоте с маленькими темно-зелеными листьями и нежно-белыми цветками деревцо — мирт.

Если сорвать ланцетовидный блестящий кожистый листочек этого растения и посмотреть его на свет, то он весь сетчатый — это просвечиваются маленькие хранилища миртового эфирного масла.

Это довольно скромное растение очень почитали в древней Греции — оно было символом наивысшей власти и почета.

Римляне посвятили мирт богине красоты — Венере.

Миртом украшали храмы, его фантастически сформированные кусты были неотъемлемым украшением садов и рощ около дворцов. До сих пор народ чтит это растение как символ девичьей красоты и целомудрия. Даже на далеком Севере ветка мирта является обязательным атрибутом свадебного головного убора невесты.

С древних времен считали, что мирт обладает чудодейственным свойством возвращать молодость стареющему лицу. Поэтому римские матроны умывались водой, настоянной на мирте, а настойку из плодов мирта на вине считали эликсиром бодрости и здоровья.

Теперь мирт используют как декоративное растение, а иногда в народной медицине — как ароматическое добавление к некоторым лекарствам.

Мирт имеет фитонцидные свойства и способствует очищению воздуха, поэтому выращивать его в комнатах полезно.

Так же, как и лавр, это растение не требует особенного ухода: любит солнце, но неплохо чувствует себя и в полутени. Летом мирт следует довольно много поливать, листья опрыскивать водой один-два раза в день, подкармливать так же, как и лавр, подрезать крону весной. Зимой поливать осторожнее, не заливать водой. Размножать мирт можно семенами. Следовательно, каждый может вырастить у себя дома дерево «вечной молодости и красоты».

Олеандр

Этот вечнозеленый ветвистый кустарник с крепкими, торчащими вверх, побегами, с множеством кожистых сероватых узких листьев очень распространен в диком

состоянии и в культуре на Средиземноморском побережье Европы, Азии, Ирана и Африки.

В нашей стране это очень красивое растение широко распространено на Кавказе, в Крыму и в среднеазиатских республиках. Его пушистые кусты с ароматными, издали похожими на розы, розовыми, белыми, красными цветами украшают бульвары, парки, скверы, набережные, дворы южных приморских городов и селений, склоны гор на Кавказе, балконы летом и окна домов на севере страны.

В древние времена это растение посвятили мифической морской нимфе Нереиде, вероятно, потому, что олеандр требует много воды.

Приятный сладкий аромат олеандра может служить причиной обморочного состояния и сильной продолжительной головной боли. А еще больше остерегайтесь пробовать его листья и побеги — они очень ядовиты, содержат в себе сильнодействующие вещества, по своему действию сходные со страшным ядом, которым негры отравляли стрелы,— строфантом.

Обрезая олеандровые ветки, берегитесь, чтобы сок не попал вам в глаза. Не трите их руками, которыми до этого касались олеандра, мойте руки, ибо это растение ядовито. При отравлении олеандром ни в коем случае нельзя принимать рвотное. Следует избегать какого-либо мышечного напряжения и соблюдать полный покой.

Сразу же при появлении признаков отравления олеандром следует промыть желудок водной суспензией угля и 0,2—0,5%-ным раствором танина. При рвоте — глотать маленькие кусочки льда.

Несмотря на свое влаголюбие, олеандры, благодаря строению листьев, приспособлены к продолжительной летней засухе, что, между прочим, является характерным признаком многих субтропических растений. Листья олеандра выдерживают даже продолжительные сухие горячие ветры африканского сирокко.

Плотные, горьковатые на вкус листья олеандра и его побеги содержат ряд ценных лекарственных веществ. Из листьев олеандра выделены некоторые глюкозиды, используемые при лечении многих заболеваний сердца. В современной научной медицине (для улучшения деятельности сердца) нашел широкое применение пока что один глюкозид — олеандрин, выпускающийся в нашей стране под названием нериолин и корнеерин. Препараты из олеандра по своей активности занимают среднее место между препаратами из ландыша и наперстянки.

Медицинские препараты из олеандра издавна применяются при лечении острой и хронической недостаточности сердечно-сосудистой системы, особенно при пороках митрального клапана.

Несмотря на то что олеандр красивое декоративное растение, выращивать его в комнатах мы не рекомендуем. Однако если комнаты имеют очень высокие потолки и не заставлены мебелью, то культивировать его можно, не доводя до очень больших размеров. В спальнях держать олеандры нельзя.

Выращивают олеандры черенкованием или разделением кустов. Черенки берут в мае — июне с верхушек побегов. Длина черенка — 10—12 *см*, при укоренении в воде и 5—8 *см* при укоренении в песке.

Землесмесь для посадки и пересадки олеандров рекомендуют не очень плотную: 1 ч. тяжелой дерновой, 1 ч. парниковой, $^1/_2$ ч. лиственной и песок.

Олеандровые растения хорошо разрастаются, если летом их подкармливать комбинированными минерально-органическими растворами: на 10 *л* воды берут 10 *г* селитры, 7 *г* калийной соли, $^1/_2$ *л* вареного суперфосфата и 1 *л* коровяка.

Весной (в начале марта) олеандры требуют значительного подстригания кроны. Если вы хотите, чтобы олеандр зацвел ранней весной, то подрезать его следует в середине зимы или осенью.

Не забывайте, что олеандры — влаголюбивые растения, следовательно, их следует летом обильно поливать.

Лавровишня лекарственная

Еще одно декоративное лекарственное растение, которое можно выращивать в комнатах, дарит нам Колхида — это вечнозеленое дерево из семейства розоцветных, достигающее 8—10 *м* высоты, а иногда растущее как кустарник,— так называемая лавровишня лекарственная. Родина ее — Средиземноморье, Балканы, Иран, Малая Азия. Очень распространена она у нас на Западном Кавказе и на юго-западе Закавказья. Растет в подлесках широколиственных лесов и кустарников, иногда так густо, что ее заросли становятся совершенно

*непроходимыми. Это растение хорошо растет на доволь*но влажных, свежих, богатых перегноем почвах, находящихся на известковых горных породах.

Нередко ее культивируют в садах и парках Юга, как декоративное растение.

Декоративность лавровишни — в ее *темно-зеленых* блестящих, кожистых крупных листьях и душистых мелких, собранных в густые пазушные кисти, цветах, длиной 5—13 *см*. Плоды лавровишни маленькие (8 *мм*), черные, округло-яйцевидные костянки, приторные на вкус и по аромату.

Все части лавровишни ядовиты, кроме мякоти плодов, которую можно есть. Листья и побеги содержат ядовитые глюкозиды, дающие синильную кислоту и бензальдегид. Растение в своем составе имеет также дубильные, красильные и другие вещества.

С лекарственной целью используют свежие листья лавровишни. Их срывают или срезают с веток дерева в июле — августе, разрезают на мелкие кусочки и перегоняют с водяным паром. Вследствие перегонки получают лавровишневую воду и масло. Лавровишневая вода в свежем виде мутноватая, но через некоторое время она светлеет и становится почти бесцветной жидкостью, по вкусу и аромату напоминающей воду горького миндаля.

Лавровишневое масло летучее, бесцветное или чуть желтоватое, реже красноватое с запахом и вкусом горького миндаля.

С давних пор лавровишневую воду и масло широко используют при некоторых сердечных и легочных заболеваниях, при кашле и расстройстве нервной системы. В настоящее время препараты из свежих листьев

лавровишни применяются, главным образом, в гомеопатической практике и народной медицине при лечении эпилепсии, коклюша и туберкулеза.

В некоторых местах Закавказья листья лавровишни применяют при ароматизации молока, а плоды — для изготовления прохладительных напитков.

Лавровишневое масло также применяют в ликероводочной промышленности.

В комнатных условиях лавровишню культивируют так же, как и олеандр. Но в отличие от олеандра, она требует меньшего количества воды и света, ее нужно не так сильно подрезать, листья чаще обмывать или опрыскивать водой, садить в легкую землесмесь (добавлять к ней не $^{1}/_{2}$ ч. лиственной земли, а 1 ч.).

В отличие от олеандра лавровишневые побеги почти никогда не дают корней в воде, а лишь в песке или легкой землесмеси.

Alendi

ПРЕЛЕСТНЫЙ РОЗМАРИН

Если когда-нибудь вам посчастливится побывать на юге Франции или на севере Италии, то, идя дорогами вдоль солнечных берегов Средиземного моря, обратите внимание на окружающий горный ландшафт.

На опаленных солнцем сухих южных и юго-западных склонах кое-где можно увидеть серо-зеленые группы невысоких полукустарников, устилающих, словно ковром, неровности склонов оранжеватых холмов.

Рассмотрите их внимательнее. Прежде всего вы почувствуете приятный аромат, который усилится, если вы потрете между пальцами ланцетовидные узенькие, со своеобразно загнутыми вниз кончиками, серовато-зеленые кожистые листочки, которые густо покрывают

прямые или несколько загнутые веточки. Это розмарин, очень ценное лекарственное растение.

Особенным уважением этот небольшой кустарник пользовался при дворе французских и итальянских королей. Снопами срезали его совсем молодые побеги, покрытые бледно-лиловыми или слегка голубоватыми маленькими цветочками, и увозили за далекие горы, где королевы и фрейлины ежедневно принимали ванны из розмариновой воды, лечились его лекарствами. «Прелестный розмарин», так его прозвали в Лувре, где придворным садовникам удавалось выращивать в бочках большие, по 2 *м* высотой, кусты завезенных с лазурных берегов лекарственных растений. Цветет розмарин с февраля по май. А при тщательном уходе может повторить цветение в сентябре.

Во время цветения окружающий воздух особенно насыщен ароматом. Розмарин лекарственный, безусловно, является фитонцидоносным растением, хотя ученые не уделяли ему достаточного внимания и, к сожалению, его качества еще в совершенстве не изучены.

Это засухоустойчивое и взыскательное к теплу растение культивируется и в Советском Союзе — в Крыму, во многих районах Закавказья, а также кое-где и в Средней Азии.

У нас на юге розмарин зимует на открытом грунте. Довольно часто при температуре ниже 10° С его надземные части отмерзают, но весной снова отрастают. В более северных районах его выкапывают и сохраняют в течение зимы в подвалах, как морковь.

Розмарин лекарственный разводят с лечебной целью как декоративное комнатное растение.

С лекарственной целью используют его листья и

верхушки побегов, которые собирают в период цветения. С 1 *га* плантации получают до 5—7 *т* сырья (зеленой массы). При благоприятных условиях плантацию, начиная со второго года, можно эксплуатировать в течение 15—20 лет. Однако через каждые 5—8 лет необходимо проводить омоложение кустов путем подрезки побегов до уровня почвы. Лекарственным веществом розмарина является его масло.

Согласно народному опыту, розмарин имеет следующие лечебные свойства. Во-первых, препараты из этого растения с успехом применяются в гинекологической практике как средство, ускоряющее менструации и облегчающее климактерический период, успокаивая нервное расстройство, сопровождающее его. Применяется также при аменорее и олигоменорее.

Во-вторых, розмарин является действенным тонизирующим средством при упадке сил, сердечных неврозах и применяется как желчегонное средство. Розмарин возбуждает аппетит, очищает желудочно-кишечный тракт, регулирует его функциональную деятельность и укрепляет. Народная медицина рекомендует его также при водянке.

Препараты из лекарственного розмарина применяют в виде пластырей, втираний и ванн при простудных болезнях.

Алкалоиды розмарина малотоксичны, слегка и не надолго повышают кровяное давление, усиливают сердечные сокращения. Применяют его чаще в виде отвара и настойки.

Отвар из листьев: 20 *г* листьев заварить одним стаканом кипятка. Проварить 15—20 минут. Принимать по $^1/_2$ чайной ложки за полчаса до еды. *Настойка:* 25—

30 *г* листьев настоять на 100 *г* спирта и принимать по 25 капель три раза в день за полчаса до еды. Настойку можно делать и на кипятке.

Раньше во Франции, Италии и других европейских странах почти не было женщин, которые не выращивали бы у себя на подоконниках розмарин. Он переносит довольно продолжительное пересушивание почвы, но требует при выращивании в вазонах все-таки довольно частого полива.

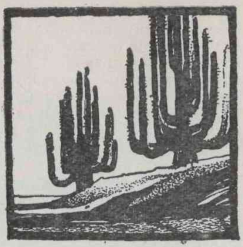
Разводят розмарин весной с помощью черенкования верхушек побегов. Высаживают черенки (3,5—4,5 *см*) в глиняные плошки с влажным песком. Можно накрывать черенки стаканом или стеклом. Черенки укореняются через 3—3,5 недели.

Розмарин выращивают также семенами, легко прорастающими, после чего его рассаживают в ящики с питательной землей, а затем, как и укорененные черенки, высаживают в горшки с питательной, несколько тяжелой землесмесью: 1 ч. тяжелой дерновой, $^1/_2$ ч. лиственной; 1 ч. парниковой или компостной; $^1/_4$ ч. глинистой, песок.

На все лето можно выносить розмарин в сад, на балкон и т. п. Заносить в комнату следует задолго до заморозков, потому что резкие изменения температуры приводят к усиленному опаданию листьев, что снижает декоративность растения.

С годами стволы розмарина оголяются, поэтому рекомендуется чаще подрезать его крону.

Зимой розмарин не требует высоких температур: чем ниже температура зимой, тем сильнее он будет цвести весной.



ХРАНИТЕЛИ ЛЕГЕНД ДРЕВНЕЙ СТРАНЫ ИНКОВ И МОНТЕЗУМЫ

Может быть кто-нибудь из вас, дорогие читатели, бывал в Мексике — родине агав и кактусов, стране, которая в свое время поразила Владимира Маяковского:

Аж сам
    не веришь факту:
из всей бузы и вара
    встает
растенье — кактус
трубой от самовара [1].

Кактусы... Всюду — кактусы. Большие и маленькие, кактусы-ежики, кактусы-лилии, кактусы-пятиконечные

[1] В. Маяковский. Собрание соч. Т. 2, 1950, стр. 303.

звезды, кактусы-деревья, кактусы-столбы, и из-под ног, извиваясь по оранжевой раскаленной земле, из расщелин камней и трещин выползают длинные, изогнутые, колючие кактусы-змеи! А в стороне сидят, словно причудливые птицы и звери, кактусы, густо покрытые длинными желтыми или красными колючками.

«На фоне красного неба, сами окрашенные красным, стояли кактусы. Одни кактусы. Огромными ушами в бородавках вслушивался нопаль (опунция), любимый деликатес ослов.

...В пять человеческих ростов, еще какой-то сросшийся трубами, как орган консерватории, только темно-зеленый в иголках и шишках», — так писал В. Маяковский о своих впечатлениях о поездке в Мексику [1].

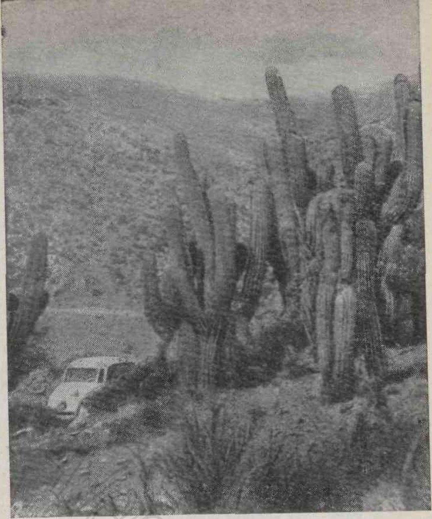
Действительно, кактусовые заросли имеют фантастический вид. Стволы цереусов напоминают вздыбленных чудовищ, покрытых колючками, как чешуей...

Заросли опунций своими плоскими, как тарелки, побегами создают причудливые лабиринты, выбраться из которых почти невозможно.

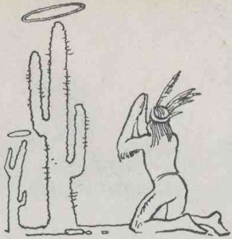
В мексиканских пустынях, на аргентинских склонах и перуанских горах попадаются такие густые кактусовые чащи, что люди вынуждены защищать себя и лошадей специальными кожаными щитами.

Растения-чудовища, растения-монументы стоят, как искалеченные, но непокоренные воины на поле боя, пожертвовавшие своим убранством — зелеными листьями и ветвями, чтобы избежать тяжелой изнуряющей

[1] В. Маяковский. Избр. произведения. Т. 3, 1953, стр. 218.



Заросли цереусов.



силы требовательной Жажды, не покориться пылающему, разъяренному их непокорностью, Солнцу.

Только ночью и на рассвете, пока не взошло солнце, они немного могут отдохнуть, глотнуть живительной росы. И лишь во тьме или в серебристом сиянии месяца они расцветают очаровательными огромными цветами. Очень редко людям удается видеть цветение кактусов и, если это случается, рассказывает одна из легенд,— все желания счастливцев обязательно сбудутся. Диковинные легенды о кактусах связаны с огромной ролью, которую играли последние с давних пор в жизни индейских племен, с удивительными свойствами кактусов, дающими им возможность переносить продолжительные бездождевые периоды.

Люди обожествляли кактусы, поклонялись им. Многие виды кактусов и до сих пор носят названия, подчеркивающие их «божественное» происхождение: теонохтли — «священная» опунция, дающая съедобные плоды; теокомитль — «священный великан», «священная сковорода» — самый большой среди шарообразных кактусов; теонанакатль — «священный гриб».

По древней легенде, одному из этих священных кактусов — теонохтли обязана своим именем столица Мексики — Мехико, древнее название которой — Теноxтитлан — город священного солнечного кактуса.

Легенда рассказывает, что в древние времена, когда орды кочевников попали в прекрасную страну племени тольтеков, самый старший шаман позвал к себе в вигвам вождей племен и приказал им искать место *для поселения всего народа: там, где орел со змеей в клюве сидит на скале, поросшей кактусами.*

После долгих поисков вождь по имени Тексхоко нашел это место возле озера, которое было названо его именем и где сейчас находится древняя столица Мексики — Мехико. Как подтверждение этой легенды в мексиканском гербе вычеканены символические изображения орла, кактуса, змеи, скалы и воды.

Священному кактусу теонохтли был посвящен в Мексике храм, где ему поклонялись, а во время царствования Монтезумы I существовал храм, где поклонялись другому священному кактусу — гуицнагуаку, острые и длинные иголки которого применялись в жертвенных обрядах. Храм находился, как утверждают, в самой столице. В храме было специальное помещение, предназначенное для культовых кровавых обрядов. Обряды отличались очень большой жестокостью. Провинившихся рабов или преступников, осужденных к смерти на кактусе, клали живыми на страшные иголки кактуса и вынимали у несчастных сердце. Такие чудовищные «представления» часто пов-

Старинный герб г. Мехико.

Старинное изображение казни на кактусе.

торялись жрецами для запугивания населения.

Богом считали и кактус пейотль, сок которого содержал наркотики и «магически» влиял не только на пробующего, но и на тех, кто наблюдал за ним.

У некоторых племен был даже праздник, посвященный этому кактусу, который устраивался в честь искателей этого растения — воинов, возвращавшихся с похода за пейотлем. Все пили его сок, танцевали и пели.

Пейотлем пользовались жрецы для демонстрирования оракульных церемоний: человек, сознание которого было затуманено после употребления пейотля, служил оракулом.

«Тайные силы» пейотля были использованы даже европейцами: в парижских ночных барах продавали его легковерным, которые старались быть ясновидцами.

Современные ученые разгадали тайну пейотля. Они нашли в нем алкалоиды, действующие на центральную нервную систему (мескалин — основное действующее вещество пейотля служит причиной потери ощущения счета времени, галлюцинаций и т. п.).

Выше мы уже говорили о том, что кактусы играли большую роль в жизни мексиканцев, аргентинцев, перуанцев и других американских народов. Из некоторых опунций изготовлялись всевозможные блюда, даже как-

тус теокомитль, применявшийся при казнях, также употребляли в пищу. Из него вырезали сочную сердцевину, резали ломтями, как арбуз, и съедали, а сок пили.

И до сих пор широко используют в салатах опунцию туну, по вкусу напоминающую яблоки, а дольки, очищенные от колючек, варят в сахарном сиропе и едят как лакомство; плоды кактусов-опунций, некоторые сорта которых не уступают по вкусу ананасу, землянике и яблокам, также в неограниченном количестве употреблялись и употребляются в пищу в сыром виде или идут на изготовление приятных напитков, конфет, мармелада, цукатов. Во многих районах Мексики, где особенно распространено употребление кактусов, есть даже кактусовые плодовые сады, где опунции, как в настоящем фруктовом саду, посажены рядами и за ними ведется тщательный уход.

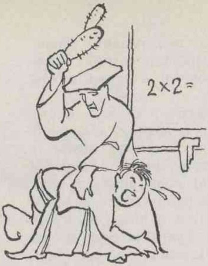
В пищу употребляют также и семена опунций, а именно: из зерен карнегии гигантской делают крупу.

Боливийцы и перуанцы едят небольшие кактусы, так называемые ахаканос (вареные, поджаренные, испеченные — вместо картофеля), некоторые виды консервируют.

Опунциями, предварительно обожженными на огне, кормят ослов. Используют кактусы и как зеленые изгороди.

Некоторые индейские племена использовали плоды кактусов с длинными колючками вместо гребешков.

В сочных стеблях старых экземпляров кактусов древесина очень крепкая и не поддается гниению. Волокна древесины образуют неплотный слой, как бы



составленный из закрученных петель, напоминающих кружева, поэтому кактусы называют еще «кружевными деревьями». Такое кружевное строение древесины придает огромным колоннам засохших цереусов необыкновенную крепость и легкость, которая дает возможность перуанцам без особого труда переносить их высоко в горы и делать там из них мосты и пр.

Древесину кактусов, особенно на безлесных боливийских и перуанских взгорьях, очень широко используют для изготовления изящных украшений и полированных изделий.

В конце XVIII в. европейцы узнали, что жители Мексики, Боливии и Перу изготовляют из особой мохнатой тли, которую выращивают на одном из видов опунций, яркую красную краску.

Кактусы-опунции содержат в себе очень много ценных веществ: сахаров, жиров, кислот, витаминов и являются очень вкусным и полезным кормом для крупного рогатого скота, ведь в пустынных местностях, где они растут, месяцами нет дождей, нет речек — ни одного источника с животворной влагой. А кактусы собирают большое количество влаги (до 95%) и, благодаря чудесной способности очень экономно испарять ее, утоляют жажду, кормят людей и скот.

Выдающийся американский селекционер, друг писателя Джека Лондона, Лютер Бербанк в течение многих

лет работал над проблемой использования кактусов в качестве вкусных, сочных кормов для скота.

Это был огромный труд, о котором сам Бербанк пишет: «Самые тщательные, дорогие и самые утомительные эксперименты, которые я когда-либо предпринимал, были проделаны мною над кактусом. Существует свыше тысячи известных разновидностей этого растения, и я должен был раздобыть себе экземпляры. Прежде, чем я окончил мои опыты, я раздобыл себе больше, чем шестьсот различных сортов кактусов, которые я посадил и за которыми я наблюдал. В общей сложности я потратил на эту работу больше 16 лет... Эта работа была тяжела... Моя кожа походила на подушку для иголок, столько торчало в ней колючек... Иногда у меня на руках и на лице было их так много, что я дожен был срезать их бритвой или соскабливать наждачной бумагой» [1].

Путем отбора кактусов с меньшим количеством колючек и скрещивания таких растений между собой Бербанк, наконец, получил быстрорастущий бесколючковый сорт опунции с гладкими (без колючек) вкусными плодами.

Итак, казалось бы, человечество получило новое *растение, способное заселить безводные пустыни и кормить скот.* Бескрайние пустыни могли служить чудесными пастбищами. Однако предложение Бербанка о выделении земли на юго-западе США для выращивания бесколючковой опунции отклонили. Разве могли допустить такое нововведение крупные «короли мяса»

---

[1] Л. Бербанк. Избр. соч. М., 1955, стр. 685.

Колючки шаровидного кактуса.

и «короли консервов» — они понесли бы большие убытки.

Так опунция без колючек осталась только в саду ученого.

В настоящее время советские ученые во многих ботанических садах страны снова начали изучать «проблему опунции». По последним данным, опунцию будут использовать у нас на бескрайних просторах Среднеазиатских пустынь, как витаминоносное (она содержит витамина С больше, чем лимоны и калина — 65—80 *мг* на 100 *г*!) и ценное кормовое растение. Уже отыскали два вида, которые переносят наши суровые зимние условия без прикрытия. Поиски продолжаются.

Кактусы имеют также и лечебное значение. Местное население Южной Америки издавна использовало и использует кактусы с лечебной целью. Мясистыми корнями опунций лечили переломы костей; настойку из цветов од-

ного из видов кактусов принимали при болезнях сердца.

Есть сведения о том, что древние инки, которые были отличными врачами, пользовались при сложных операциях лекарствами из пейотля, действовавших как болеутоляющее и одурманивающее средство во время операции.

Не так давно при археологических раскопках в поселениях древних инков было обнаружено несколько черепов. Эти черепа мумий носили явные следы сделанной трепанации: части черепных коробок были заменены золотыми пластинками, которые обросли новой костной тканью, а это означает, что пациенты прожили еще много лет после операции. Если учесть, что инструментами, которыми пользовались древние хирурги инков при таких сложных и опасных операциях, были простой нож и долото из кремня, то представить себе, как мог выдержать пациент такое продолжительное «издевательство» без помощи какого-либо наркоза — невозможно. Поэтому предположение, что при операциях для предупреждения болевых шоков применяли наркотики из широко известных кактусов-пейотлей, вполне вероятно.

Кактусовые растения в нашей стране используют пока что только с декоративной целью.

В комнатной культуре они очень неприхотливы. Но требуют много солнца и осторожного полива, особенно в зимний период. Выращивать их можно только на южных, юго-восточных или юго-западных окнах.

Пересаживать следует изредка. Для небольших экземпляров нужно приготовить более рыхлую питательную землесмесь (1 ч. дерновой, 1 ч. лиственной,

$1/2$ ч. парниковой, $1/4$ ч. толченого угля, песок, старая штукатурка с известью, гравий). Состав землесмеси для больших экземпляров следует несколько изменить: прибавить больше дерновой земли, причем не легкую дерновую, а тяжелую, глинистую. Если ее нет, то в состав смеси прибавляют $1/4$ ч. глины. Вместо 1 ч. лиственной дают $1/2$ ч., а $1/2$ ч. парниковой заменяют целой частью. Толченого угля добавляют меньше, а гравия больше; кроме того, к землесмеси следует прибавить костяной муки (25—50 *г* на 1 ведро, или 400 *г* на 1 $м^3$). Многолетние экземпляры кактусов летом можно подкармливать слабым раствором минеральных удобрений, которые продаются в цветочных магазинах, один раз в 15—20 дней с мая по август.

Размножают кактусы чаще всего черенками, отрастающими на основном стволе.

Можно размножать их также прививками и семенами, которые высевают в глиняные плошки по поверхности смоченного песка или легкой землесмеси. После посева семена слегка присыпают тонким слоем почвы или песка и накрывают стеклом. Поливают с поддона. До появления всходов плошки следует держать при температуре 23—25° С. Оптимальная температура выращивания кактусов 20—22° С. Быстрорастущие виды — некоторые опунции и цереусы можно летом выносить и прикапывать в грунт вместе с вазонами. Выносить их на балкон не рекомендуется.

Такой же любовью индейцев, как и кактусы, пользовались и пользуются агавы — растения с четырьмя тысячами цветов, перебродивший сок которых является всемирноизвестным алкогольным напитком — пульке.

Это растение с толстыми серыми изогнутыми листьями, розеткой отходящими от корня, настолько распространено в Мексике, что даже свое название страна получила в честь агавы — «место агавы».

На своей родине, в Мексике, агавы развиваются довольно быстро. Их листья достигают иногда 3-метровой длины. Листья такие крепкие, что их трудно согнуть. Кожура листа агавы очень твердая. Края листьев покрыты колючками, а кончики заострены в виде длинной острой иглы, которую в древние времена применяли для шитья изделий из толстых тканей.

На 10—12-м году выращивания в грунте при оптимальных условиях у агавы отрастает огромный стебель высотой в 10—12 *м*. Этот удивительный цветонос, растущий почти на глазах (за сутки вырастает на 3—5 *см*), несет на верхушке гигантское соцветие, напоминающее кисть, из 3—4 тыс. желтоватых продолговатых, похожих на лилии, цветов, длиной в 6—8 *см* каждый. Это соцветие, привлекающее множество пчел, цветет больше месяца.

Очень интересной особенностью агав является то, что после цветения материнское растение, отдав все свои силы будущему потомству, погибает. Листья в конце цветения становятся вялыми, сморщенными, растение теряет свой гордый вид. Листья бессильно лежат на земле. Хотя неосведомленные люди и говорят, что агава цветет раз в жизни, однако погибающая розетка дает молоденькое растение у самой корневой шейки, оно и продолжает ее жизнь дальше.

На плантациях агав, культивирующихся в Мексике, несмотря на благоприятные условия выращивания, агаве не дают цвести. Когда в середине розетки становит-

ся заметной молодая почка, ее вырезают. В образовавшейся ямке собирается сладкий сок, который должен был пойти на образование стебля, цветов и плодов.

Этот сок содержит 10% сахаров и по-испански называется аквамиель, что в переводе означает «сладкая вода», или «медовая вода».

Три раза в день вычерпывают сок из углубления. Сок выделяется растением в течение 8—10 месяцев, пока не усохнут листья агавы. За весь этот период с одного такого растения можно собрать до 1000 *л* сока. Сок бродит в течение трех дней, и после этого получают прославленный напиток пульке.

В древней Мексике агава играла большую роль в хозяйстве, культуре и религии. От урожая агав в значительной мере зависело благополучие ацтеков.

Богиня Магуэй, т. е. агава, по легенде ацтеков, оберегала беременных женщин от превращения их в хищных зверей. Для предотвращения такого несчастья нужно было наложить на лицо будущей матери листья чудодейственной агавы.

Из сока агав ацтеки изготовляли патоку и сахар. Еще и теперь в мексиканских городах торгуют большими, до нескольких килограммов веса, печеными кусками стеблей агавы. Едят и кисловатую мякоть листьев агавы в печеном и вареном виде. Из листьев агавы, называющихся сизаль, делают очень крепкий шпагат для сноповязальных машин, а также веревки, канаты, гамаки, сумки, обувь, сетки-авоськи и пр.

Индейцы еще издавна из ее волокон плели самые крепкие лассо, а некоторые племена ацтеков изготовляли бумагу. Особенно тонкую бумагу получали с поверхностной кожицы листа.

Мякоть листьев агавы идет на изготовление мыла. Высушенными листьями покрывают хижины.

В Советском Союзе агава широко известна как декоративное растение в Крыму, на Кавказе.

Кое-где она растет и в полудиком состоянии на склонах Черноморского побережья Кавказа. Летом в северных районах и в среднем поясе СССР центральные места в парках, памятники выдающимся героям, клумбы на площадях украшают этими декоративными растениями.

У нас спрос на агаву все возрастает. Народная медицина уже признала ее выдающиеся лекарственные свойства, хотя еще и до сих пор не все они обнаружены, а те, что уже известны — в совершенстве не изучены. Наиболее распространено применение листьев американской агавы при лечении радикулита, ишиаса. Лечение производится путем втирания на ночь мязги из натертого на частой терке (для хрена) листа. После этого растертые места следует обвязать чем-нибудь теплым и укрыться одеялом. (Часто после втирания возникают ожоги, даже пузыри, появляется сильный зуд с болью). Повторить втирание можно лишь после того, как кожа успокоится. Но бояться такой реакции не следует. Плохих последствий и осложнений не бывает, и тот, у кого хватит терпения перенести такую сильную реакцию, выздоравливает обязательно. Чтобы уменьшить раздражение кожи, свежую мязгу перед натиранием можно процедить через двойной слой марли, а на другой день после втирания к больному обожженному месту можно время от времени прикладывать тонким слоем свежий творог из кислого молока или присыпать крахмалом. На один-два раза будет доста-

точно 200—300 *г* листьев 4—5-летней агавы. Чтобы сохранить мязгу для последующих сеансов, остатки ее следует залить спиртом и этой смесью пользоваться дальше.

Некоторые современные советские гомеопаты рекомендуют агаву при ранах, нарывах и как внутреннее средство при болезнях желудка, печени, легких и пр., как противовоспалительное, болеутоляющее, жаропонижающее и отхаркивающее средства.

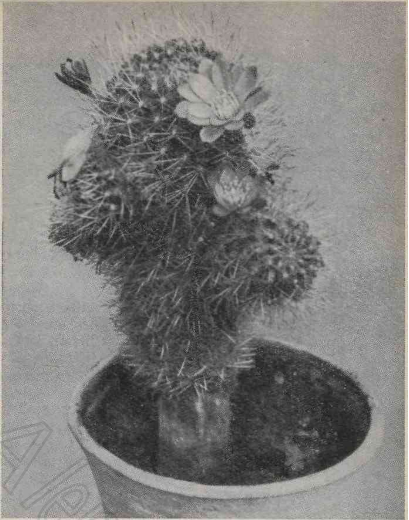
Однако принимать внутрь агаву следует в очень разведенном состоянии, самыми маленькими дозами или в вареном виде, чтобы не причинить тяжелых ожогов нежной слизистой оболочке.

Гомеопаты рекомендуют принимать агаву при внутренних заболеваниях в большинстве случаев в виде отвара или настоя мязги на воде.

Настой готовят из небольшого протертого листа или его части, залитого так, чтобы вся мязга была покрыта водой. Настаивают в течение шести часов, процеживают через марлю, разводят в $^1/_4$ стакана воды, пьют 3 раза в день по 1 чайной ложке.

Отвар агавы принимают в таких же дозах (только по предписанию врача). При желудочных заболеваниях (особенно при диспепсии) лекарство из агавы лучше всего соединять с отваром полыни в такой концентрации: 1 ч. отвара полыни на 5 ч. отвара агавы. Принимать 3 раза в день по 1 столовой ложке и запивать водой.

Свежий сок агавы принимают вместо настоя или отвара по 20 капель на столовую ложку воды (обязательно сразу же запить водой). В начале заболевания водянкой и для урегулирования нарушенного при этом



Цветение кактуса, выращенного в комнатных условиях.

пищеварения рекомендуют свежий сок в сочетании с полынью:

1 часть (или 20 капель) настойки полыни (или одну столовую ложку отвара) берут на 5 частей или на одну чайную ложку сока агавы, разводят в 0,5 *л* кипяченой воды. Принимают по одной столовой ложке три раза в день.

Агаву очень часто в народе называют столетником, путая ее с алоэ. Однако это два разных растения, хотя они и имеют что-то общее.

Жители среднего пояса и севера считают, что агава никогда не цветет. И действительно, в условиях закрытого грунта она редко цветет, но выращивают ее без особых трудностей. Это растение неприхотливое. Оно требует лишь много солнца и воздуха, умеренного полива зимой и интенсивного — летом. Почву следует давать средней легкости, очень питательную, чуть-чуть щелочной реакции. Пересаживать можно один раз в $1^1/_2$ — 2 года. Вазоны для пересадки должны быть не слишком большими. Летом можно подкармливать теми же растворами, что и кактусы. С мая по сентябрь агаву можно держать в открытом грунте, высаживать ее прямо в почву или прикапывать вместе с вазоном. Вносить в комнату ее следует до заморозков.

Чаще выращивают агаву не семенами, а отростками, *появляющимися вокруг материнского растения*, и клубнями-луковицами, образующимися на кончиках побегов цветочного стебля. Эти луковицы уже на стебле развиваются в маленькие растения до 10 *см* длиной, а затем падают на землю.

Из отростков и луковиц агавы развиваются быстрее, чем из семян.

ГРОЗА СТРЕПТОКОККОВ

Может быть кому-нибудь из вас приходилось видеть эвкалипты — эти деревья-великаны, достигающие у себя на родине, в Австралии, огромной высоты и в то же время отличающиеся исключительной стройностью. Некоторые виды эвкалиптов достигают 160 *м* в высоту. Представляете себе «деревцо», возвышающееся, как *обелиск, выше шпиля* Петропавловской крепости в Ленинграде, в полтора раза выше колокольни Ивана Великого в Москве. Настоящее чудо природы!

В Австралии много эвкалиптовых лесов.

Все необыкновенно в таком лесу: и приятный аромат, насыщающий воздух, и огромные гладкие стволы, идеально прямые и такие толстые, что в дуплах неко-

торых из них могут спрятаться несколько десятков человек. (А иногда в старых пнях эвкалиптов австралийские переселенцы устраивали просторные жилища, даже с конюшнями!) Удивительны и листья у этих деревьев: они всегда повернуты к солнцу ребром. Этим и объясняется необычность освещения, отсутствие тени в эвкалиптовых зарослях. Солнечные лучи как бы проскальзывают сквозь листья, как сквозь поднятые оконные жалюзи. А листья благодаря этой особенности не перегреваются, экономно расходуют влагу, не испаряют ее напрасно.

В эвкалиптовом лесу деревья как бы посажены на одинаковом расстоянии друг от друга и не мешают скоту пастись между их стволами.

Название этих деревьев происходит от греческих слов «эу» — красивый и «калиптос» — закрытый, что, наверно, характеризует их как бы крышечками закрытые бутоны.

Листья у этого интересного растения разные по форме: на молодых побегах — они супротивные, мягкие, покрытые толстым слоем воска, яйцевидные, у основания сердцевидные. На более старых ветвях они постепенно, на 3—4-м году, переходят в листья очередные, продолговатой формы. Наиболее типичные листья — узколанцетные, серповидновогнутые, кожистые, короткочеренковые. Именно эти листья и располагаются ребром к солнцу.

Цветки собраны по 10—12 штук, с весьма невзрачным венчиком и большим количеством тычинок.

Эвкалипты — вечнозеленые растения. Однако осенью (в южном полушарии это будет март) верхний слой побуревшей коры, пересыхающей на солнце, вздувается

пузырями, сворачивается, превращается в лохмотья, постепенно падающие на землю. Таким образом, вместо листьев у эвкалиптов опадает кора. Эвкалипт как уж, меняет кожу. И тогда стволы становятся гладкими, чуть зеленоватыми или желтыми, а иногда голубоватыми.

Молодые растения многих видов эвкалиптов, особенно эвкалипта миндалелистого, очень быстро растут. Уже в первый год они достигают 2—3 *м* высоты, в 5 лет — 10—12 *м* высоты и имеют до 20 *см* в диаметре, а в 30—40 лет эвкалипты превышают размерами старые двухвековые дубы. Подсчитано, что 1 *га* 20-летнего эвкалиптового леса дает 800 $м^3$ древесины.

Древесина эвкалиптов очень ценна: она намного крепче дубовой, твердая и тяжелая, как железо. Она тонет в воде, но зато не поддается гниению и порче насекомыми-точильщиками. Эвкалиптовые сваи стоят в воде около 100 лет, мачты выдерживают любое давление штормового ветра, а шпалы и крепления в шахтах из эвкалиптов стоят дольше других.

Помимо всего, древесина разных видов эвкалипта имеет разную окраску: белую, желтую, красную, со всевозможными оттенками и рисунками слоев. Благодаря этому ценится она очень высоко. Используют ее для изготовления мебели и обработки кабин пароходов, вагонов и пр. Из древесины эвкалиптов можно изготовить бумагу, а из коры — картон.

Но это еще далеко не все. Эвкалипты — чудесные растительные «насосы», они своими корнями с такой силой высасывают и поднимают вверх грунтовую воду, что могут очень быстро осушать болота. Вода не имеет времени застаиваться, а личинки малярийных комаров — размножаться. Поэтому на юге эвкалипты

и получили название «противомалярийных» деревьев. Так, одно из болот Португалии, где от малярии гибли тысячи людей, через десять лет после посадки эвкалиптов совсем высохло, и заболевания прекратились.

В душистых листьях эвкалиптов, которые своим ароматом слегка напоминают смесь запахов лимона и скипидара, содержится много эфирного масла (до 4%), использующегося в парфюмерии для изготовления мыла, духов, мазей и ценных лаков. Особую роль играет эвкалиптовое масло в медицине.

Наиболее пригодным для лечения является масло, которое вырабатывают из эвкалипта шаровидного, широко культивирующегося в средиземноморской области и у нас на Кавказе, в районе Батуми и Гагры.

Впервые этот вид описал французский ботаник Лабильярдьер в 1792 г. В европейскую культуру его ввел в 1856 г. врач Рамель.

Известный ботаник, основатель батумского ботанического сада А. Н. Краснов впервые завез к нам эвкалипты в начале 80-х годов прошлого столетия.

Нужно было почти полстолетия, чтобы ученые в совершенстве изучили и размножили их. И только в 1935 г. начались массовые посадки эвкалиптов вдоль всего Черноморского побережья Кавказа.

Стало известно, что эти деревья «антималярийные», так как в районах культивирования их уменьшается количество заболеваний малярией.

Целые леса были высажены с целью осушения страшных колхидских болот — основных источников малярии на Кавказе. И действительно, не прошло и двух десятилетий, как непроходимые болота возле Батуми, в Поти и в районе Гагры — были осушены. И теперь

даже странно слышать, что на этих местах не так давно были болота. Из года в год продолжают высаживать эвкалипты. На 1950 г. их было высажено только в Грузии свыше 40 тыс. экземпляров.

С лечебной целью применяют листья, молодые побеги и кору эвкалипта. Наиболее ценными являются эвкалиптовые листья, так как они содержат большое количество эфирного масла. Собирают только старые серповидные листья в течение всего лета и осени (осенний лист самый богатый по содержанию масла). Собранные листья высушивают на открытом воздухе.

Эвкалиптовые листья содержат эфирное масло, дубильные и горькие вещества, смолу и пр., а также фитонциды.

Из высушенных или из свежих листьев получают масло путем перегонки с водяным паром. Эвкалиптовое масло представляет собой бесцветную, светло-желтую или слегка зеленоватую подвижную жидкость, приятную на вкус.

Листья эвкалипта употребляют в виде настоек, как отхаркивающее, дезинфицирующее и противомалярийное средство.

Современная медицина, особенно народная, все шире использует это целебное растение, его листья, как действенное средство при разных заболеваниях: инфицированных ранах (промывание 15%-ным отваром листьев эвкалипта), открытых переломах, плевритах, флегмонах, абсцессах, гнойных маститах, гинекологических заболеваниях и т. д. Отвары предварительно стерилизуют. Чистое эфирное масло применяют как отхаркивающее и антисептическое средство в зубоврачебной практике, а также как наружное раздражающее

и болеутоляющее (применяют в мазях, при ингаляциях горла). Кроме того, масло применяют как хорошо освежающее и озонирующее воздух средство путем пульверизации с водой или в спиртовом растворе.

Эвкалиптол (составная часть эвкалиптового масла) применяют также при заболеваниях полости рта: при ангине, язвенном стоматите, тонзиллите и пр., в качестве полоскания (типа стандартного «Трипазола», который назначается и как профилактическое средство против дифтерии, гриппа, скарлатины и ангины — в виде таблеток).

Отвар из эвкалиптовых листьев готовят следующим образом: 15 *г* сухих листьев, предварительно измельченных, варят 3—4 минуты в 100 *г* воды, затем дают отстояться и фильтруют через марлю.

При малярии принимают отвар или настойку из эвкалиптовых листьев.

При употреблении внутрь эвкалиптового масла не замечено никаких вредных посторонних явлений, оно не раздражает почек даже у лиц, больных нефритом.

Эвкалипт можно выращивать в комнатных условиях, где его фитонцидные свойства могут способствовать очищению воздуха.

Эвкалипты выращивают только из семян, которые, несмотря на огромный рост растения, очень мелки. Для выращивания в комнатах следует брать семена относительно низкорослых видов эвкалиптов, ибо быстрый рост высокорослых видов не даст возможности выращивать их в комнатах — нужно будет, как в известной сказке, пробивать крышу.

Семена высевают по поверхности увлажненной смеси легкой перегнойной почвы с песком в глиняные

плошки и слегка вдавливают. Семена сохраняют всхожесть довольно долго, поэтому посевы, как правило, всегда всходят. Первые 3—4 дня поливать семена не следует. На 5—10-й день появляются всходы. Вот тут следует быть очень осторожным, ибо молодые сеянцы эвкалиптов не переносят чрезмерной влаги, требуют много света и чистого воздуха. В плохо проветриваемом и влажном помещении они покрываются плесенью и погибают.

Когда всходы достигнут 3—3,5 *см* и на них распустится по 4 листочка, пересадите их в вазоны (высотой 15 *см* и диаметром 10 *см*). Корешки не обрывайте и не держите долго без почвы, сразу же садите, чтобы не пересохли.

После посадки и первой достаточной поливки снова не поливайте дня 3—4. Затем поливайте каждый день так, чтобы земля была только влажной, но не мокрой. Через 3—4 недели после того, как окрепнут молоденькие эвкалипты, их можно перенести на прямое солнце. Не культивируйте эвкалипты в квартирах, где не бывает солнца или где оно появляется только на 2—3 часа. Эвкалипты требуют выращивания при южной или юго-восточной экспозиции. В течение лета эвкалипты следует поливать обильно, а зимой очень осторожно.

Эвкалипты требуют ежегодной пересадки, при этом не следует давать им слишком большую посуду.

Эвкалипты до 5—6 лет можно выращивать в комнатах, после чего высокие растения следует снова заменить маленькими или выращивать из семян.

НОСИТЕЛИ БОДРОСТИ

Завтра экзамен... Сколько времени осталось до него?.. Только бы не уснуть... А! Кофе... Скорее выпить черного кофе! Кому не известны черный кофе, отгоняющий сон, горячий, душистый сладкий чай и шоколад, способные удивительно восстанавливать силы?

Кто же их придумал? — Природа, взрастившая необыкновенные целебные растения, и человек, научившийся применять их. Эти разные по происхождению, растущие в трех наиболее отдаленных друг от друга частях света (Африке, Азии и Америке), растения ободряюще влияют на человеческий организм, имеют почти одинаковое по действию химическое вещество: в кофе — кофеин, в чае — теин, в какао — теобромин.

Несмотря на то что чай, кофе и какао употребляют в Европе сравнительно недавно, за последнее время они получили всеобщее признание.

— Что же представляют собой растения, из которых изготовляют чай, кофе и какао, и какими целебными свойствами они обладают?

Чай

Чай — это невысокое деревцо или кустарник, плотно покрытый небольшими блестящими, слегка кожистыми листьями. Издали он немного напоминает кусты бирючины. В диком состоянии растет в Индо-Китае, Бирме, Сиаме и на острове Хайнань. Относительно родины чая существует несколько предположений. Сначала родиной его считали Китай, но находки диких чайных кустов в лесах Ассама заставили считать родиной чая горы, разделяющие Индию и Китай. Позднее было доказано, что джунгли с зарослями дикого чая не являются первобытным лесом, а выросли на месте древних культурных областей. Это обстоятельство заставило многих ученых снова считать родиной чая Китай и Японию.

Сейчас чай культивируют, кроме вышеуказанных стран, в Индии, на юге Гималаев, на Яве, на островах Конго, в Западной Африке, в Бразилии и на Мадейре.

Существует много легенд о чае. Одна из них рассказывает, как один святой, живший за много веков до нашей эры, усиленно молился и постился. Как-то, не выдержав борьбы с усталостью, он уснул и проспал целые сутки. Проснувшись, он так рассердился на свои веки, что вырвал их и бросил на землю. И... каждое

веко чудодейственным образом превратилось в чайный куст.

В Европе узнали о чае только в середине XVII в. Впервые его завезли в Европу на кораблях голландской компании в 1602 г. Но тогда он не получил широкого распространения. Во Францию он попал только через 34 года после завоза его в Европу.

Европейские врачи упоминают о чае еще с XVII в. В те времена было написано много трактатов о пользе чая, способствовавших распространению его по всей Европе. Кроме того, этому содействовали также известные врачи Сиденгам в Англии, Этлингер в Германии, Жоффруа и Асуре во Франции. Больше всех популяризировал чай известный путешественник Кемпфер.

В 1666 г. чай из Голландии попадает в Англию, а в 1763 г. известному ботанику Линнею снова удалось получить его из Китая, и через 2 года он имел уже цветущее небольшое растение, которое тщательно изучил и описал.

В России чай появился в XVII в. благодаря случайному происшествию.

В 1638 г. в Монголию было отправлено русское посольство под руководством Старкова. Ханы угощали гостей всевозможными яствами и поили чаем. Но этот напиток бояре пили с отвращением — напиток им не понравился.

Когда посольство уезжало домой, ханы в виде подарков преподнесли и 200 пакетов чая. Старков, считая этот подарок бесполезным, хотел было его выбросить, но из чувства деликатности не сделал этого, и чай попал в Москву. В Москве его сначала ценили как

лекарство, но постепенно он приобрел всеобщее признание.

До 1833 г. в Россию чай завозили. Но потом решили попробовать культивировать его на Кавказе, в Колхиде. Выписали 17 кустов и посадили их в районе Эчмиадзина. С 40-х годов начали культивировать чайные кусты в лесу близ Сухуми, оттуда он очень медленно распространился дальше. И лишь благодаря русскому ученому-ботанику А. Н. Краснову большие плантации чая были заложены в Чакви, вблизи г. Батуми. Но только при Советской власти, с 1926 г., началась планомерная закладка чайных плантаций: грузинский чай получил всеобщее одобрение. Уже в 1934 г. было изготовлено 70 млн. *кг* чая на 129 млн. рублей. За годы довоенных пятилеток площадь под чаем составляла более 50 тыс. *га*.

Чайные плантации продвигаются все дальше на север: выращивают чай и в Краснодарском крае и в предгорных районах Кубани.

Однако чай — это довольно теплолюбивое растение *и попытки выращивать его в более северном поясе* — Закарпатье и др. до сих пор не дали надлежащего успеха. Но работа по акклиматизации этого растения в более неблагоприятных климатических условиях продолжается.

Кроме наших, отечественных сортов, есть еще множество иностранных сортов чая: китайский, цейлонский, индийский, яванский, японский и такие, как черный, зеленый и др.

С глубокой древности чай употреблялся китайцами не только как напиток, но и в медицине.

Чай содержит теин, кофеин, следы теофиллина, во-

ду, азотистые вещества, эфирный экстракт, дубильные вещества, безазотистые вещества, клетчатку, золу, а также окись железа и кальция. В зеленом чае имеется кроме того и витамин С.

Чай освежает тело в жару, вероятно, способствуя усиленному испарению, и является (особенно зеленый чай) необходимым спутником среднеазиатских народов (казахов, узбеков, таджиков и др.). Пьют его в любое время дня, в любую жару, с сахаром и без него. Крепко заваренный чай с поджаренным пшеном — любимый напиток казахов.

Чай согревает в холодное время, успокаивает головную боль, отгоняет сон и является очень ценным лечебным средством при отравлении опиумом.

Горячий напиток из чая влияет на нервную систему и притупляет чувство усталости. Однако вяжущие вещества чая иногда могут мешать пищеварению, если чай принимать в виде крепкого настоя после еды.

Как и кофе, чай возбуждает нервную систему, облегчает умственную и физическую деятельность. Но если принимать его в очень больших дозах и часто, то он может вызвать довольно тяжелые проявления: сердцебиение, чувство страха, беспокойство, тревогу.

Чай усваивается желудком быстрее, чем кофе, и иногда может вызывать запоры. Следовательно, при употреблении чая больными расстройством желудка, которые не привыкли к этому напитку, понос может прекратиться.

Чай в виде порошка, экстракта или настоя очень полезен при простудном поносе, при болезнях сердца, ревматизме, подагре, каменной болезни и при

хронических головных болях. Чай обладает также мочегонным действием.

Не так давно было обнаружено, что в каждом грамме чая содержится от 300 до 500 биологических единиц витамина К.

Принимая экстракты чая при пониженном количестве протромбина в крови детей, можно после нескольких приемов повысить его содержание.

Из листьев и верхушек побегов чайных кустов, которые срезаются при культивировании плантаций, а также из чайной пыли, образующейся на чаеразвесочных фабриках, изготовляют ценный алкалоид кофеин, представляющий собой белые, тонкие, игольчатые кристаллы, горькие на вкус. Кофеин — одно из самых ценных лекарственных средств.

Листья, которые собирают с чайных кустов с июня по ноябрь, идут на изготовление чая. Собранный урожай подвергается очень сложной обработке. Так, например, для приготовления черного чая, собранный чайный лист подлежит подвяливанию, скручиванию, брожению, сушке и сортировке.

После подвяливания листья скручивают при помощи специальной машины. Скрученные листья машина сортирует по величине, что необходимо для правильного брожения. После скручивания листья чая подвергаются брожению, которое придает им всем известный аромат. За брожением следует тщательно присматривать и доводить его до такого уровня, чтобы весь чай имел равномерную медно-красную окраску.

После брожения листья высушивают горячим воздухом в сушилках, где чай и становится черным.

В Китае производится еще одна операция с чаем —

ароматизация его. Посуду с чайными листьями, прослоенными лепестками роз, жасмина или других ароматных цветов, выдерживают в горячей воде, после чего листья чая отделяют от лепестков. Чай надолго сохраняет запах цветов.

Цветочным чаем называют сорта, приготовленные без брожения из только что распустившихся цветочных почек. Наружная сторона почек густо покрыта серебристыми волосками — этот чай очень душист.

Зеленый чай приготовляют без брожения, причем листья сразу же после сбора подвергают действию высокой температуры, а уже после этого они идут в машины для скручивания, сушки и сортировки.

Плиточный чай, черный или зеленый, готовят обычно из чайных отходов в виде прессованных плиток.

Чайный куст — декоративное растение. Листья — душистые, небольшие (2—3 *см* в диаметре), цветки — белые с желтоватым или чуть розовым оттенком. Чайный куст цветет в августе, а плодоносит в октябре — декабре. Плоды — кожистые коробочки с тремя шаровидными семенами, напоминающими орехи.

Можно выращивать чай и в комнатных условиях. Требует он, как и все субтропические растения, много солнца, чистого свежего воздуха, осторожного полива зимой и обильного летом. Размножается чай семенами или черенками.

Для получения красивой кроны нужно весной и в начале лета подстригать ее, формируя куст. Землесмесь должна быть щелочной реакции, не очень рыхлая, но питательная. Подкармливать можно только с мая по август в виде раствора минеральных удобрений (см. подкормка розмарина).

В зимние короткие дни ему следует давать дополнительное освещение, как и лимону.

Кофе

В ягодах кофе, напоминающих наши вишни,— два зернышка, которые после продолжительной обработки превращаются во всем известный кофе.

Длинный путь проходит маленькое кофейное зернышко, пока дойдет до прилавков наших магазинов: через океаны и моря, в корзинах на плечах туземцев и в мешках на машинах плантаторов, в огромных тюках монополистов на пароходах.

Интересна и своеобразна история кофе — этого «бессонного напитка», «напитка бедуинов».

Это невысокое деревцо, родиной которого является тропическая Африка и Абиссиния, нашло свою вторую родину в Америке — в Бразилии, ставшей самым главным поставщиком плодов этого растения во всем мире. Кофе в Бразилии составляет 75% всего экспорта, и сами бразильцы называют его своим «королем». Однако производство кофе так велико, а конкуренция со стороны других стран настолько сильна, что Бразилия из года в год уничтожает огромные запасы кофе для того, чтобы избежать падения цен.

Монокультура кофе приводит к жестокой конкуренции монополистов.

Лучшие сорта кофе — аравийские и кенийские, т. е. африканские, ценятся значительно выше, чем кофе из других стран. Поэтому европейские импортеры домешивают его к большим партиям кофе разного происхождения для улучшения качества смеси.

Огромные кофейные плантации рассеяны почти по всем центральным областям Восточной Африки. Пологие склоны холмов и гор, которые не превышают 1000 *м* над уровнем моря, особенно пригодны для выращивания кофейного дерева.

Аккуратные ряды молодых кофейных деревьев тянутся вдоль дорог, разделенные, словно красными лентами, грунтовыми дорожками, на правильные прямоугольники. На плантациях можно увидеть и деревья, усыпанные белыми небольшими цветочками, сидящими в пазухах темно-зеленых листьев, которые напоминают листья лавра (но намного нежнее его), и такие, что несут гроздья зеленых ягод, а также деревья с дозревающими красными или черными плодами. Даже на одной веточке есть и увядшие цветы и ягоды, похожие на вишни. Если взять такую вишню в руку и сдавить ее пальцами, то из мякоти выскользнут два зеленых зернышка, которые плотно прилегают друг к другу своими плоскими сторонами. В Африке большое количество кофейных плантаций расположено в старых эвкалиптовых рощах, дающих легкую тень, необходимую для кофе при слишком высокой температуре воздуха.

Выше мы уже упоминали, что родина кофейного дерева Южная Абиссиния, где оно растет в диком состоянии. Утверждают, что первым путешествием кофе было путешествие в Аравию, куда его привезли в начале XV в., а потом уже это растение отправилось в Египет, Вест-Индию, Перу, Бразилию, на Яву, Цейлон и в другие теплые страны.

Один из авторов арабской рукописи утверждает, что в Абиссинии кофе употребляли с незапамятных времен. В Персии кофе начали употреблять с 875 г. н. э.,

в Константинополе — с середины XVI в. В Европу кофе завезли в XVII в. О кофе в Европе впервые узнали от итальянского врача, сопровождавшего венецианское посольство в Египет и привезшего оттуда рассказы о нем. Он же и дал первое описание кофе как лечебного средства.

В те времена в египетских кофейнях рассказывали арабскую легенду о том, будто бы в Эфиопии один пастух заметил, что козы, наевшись ягод кофейного дерева, всю ночь резвятся. Он рассказал об этом мулле, который решил проверить действие кофе на себе, чтобы не засыпать в мечети во время службы. Опыт был удачным, и с тех пор кофе начали употреблять все правоверные.

Качества, которые имеет кофе, полностью оправдывают уважение к нему и всеобщее признание. Так же как и чай, кофе ободряюще влияет на организм, и, что самое важное, это положительное влияние не сменяется последующим подавленным состоянием.

Уже доказано, что кофе снимает головную боль при менструациях, является лучшим средством, прекращающим рвоты у беременных, принимают его при одышке. Есть данные о том, что сырой молотый кофе лечит лихорадку (15—30 г при ежедневном употреблении). Настой из сырого кофе очень полезно давать при коклюше и при катаральных и нервных расстройствах (при головных болях на нервной почве), а также при артрите и подагре.

Поджаренный кофе возбуждает головной и спинной мозг, а также сердечные мышцы, уменьшает выделение углекислоты в легких и плотных частей в моче.

Кофе положительно действует при спазмах желудка, при атонии мочевого пузыря, при хроническом поносе, принимают его также против солитера, от зубной боли и при отравлении наркотиками.

Кофе настоянный, но не кипяченый, оказывает слегка ослабляющее действие при статичных запорах, влияя на перистальтику кишечника.

Есть целый ряд данных о том, что кофе, употребляемый с молоком или с красным венгерским вином, положительно действует при тифе и эпидемической детской холере. Сопорозное состояние или приступы гидроцефаллоида, вызываемые сильным поносом у грудных детей, быстро исчезали. В таких случаях следует давать крепкий холодный настой по 10—15 капель (до чайной ложки в зависимости от возраста).

Доказано, что при употреблении кофе к возбуждающему действию на протоплазму клеток нервных центров присоединяется еще усиленный прилив крови, благодаря чему расширяются артерии головного мозга. Этим объясняются, например, полезное действие кофе при угрожающей анемии головного мозга, когда человек теряет сознание, а также освежающее влияние кофе на утомленные мышцы тела. При этом, как указывалось выше, не наступает последующего их ослабления, как это случается при употреблении других возбуждающих веществ (кокаин, пейотль, гашиш). Кофе притупляет чувство голода и уменьшает чувство усталости. У некоторых людей употребление поджаренного кофе вызывает постоянную диспепсию, вероятно,

потому, что слизистая оболочка у таких людей не выносит раздражающего действия подгорелых веществ.

Кофе противопоказан при полнокровии и высоком кровяном давлении, при сильном геморрое, при некоторых видах ипохондрии, астении и туберкулезе.

Кофейное дерево является очень привлекательным комнатным растением. С давних времен в комнатах выращивают арабский и либерийский виды.

Кофе требует много свежего воздуха и солнца (но не прямого), очень осторожного полива зимой и усиленного летом. Выносить растение летом на балконы не рекомендуется. Если и выносить, то только в садик, в слегка притененное и укрытое от ветра место. Кофе нуждается в землесмеси средней легкости, питательной, с добавлением глины, гравия и песка.

Хорошие результаты дают летние подкормки (июнь — июль) раствором минеральных удобрений (см. розмарин) или раствором перебродившего коровяка — один раз в 10—15 дней.

Летом кофе требует частого опрыскивания кроны водой, рыхления почвы в горшках.

Если все эти советы тщательно выполнять, то кофе будет обильно цвести почти круглый год.

В комнатах кофе хорошо плодоносит. Размножают его семенами, которые быстро теряют всхожесть, поэтому высевать их следует сразу же после сбора. Прорастают семена при температуре 22—24° С. Можно размножать кофе и черенками — высаживать их во влажный песок. Черенкуют весной верхушками побегов прошлогоднего прироста.

Какао

Когда вы покупаете плитку шоколада или лакомитесь шоколадными конфетами — гордитесь — вы пробуете «пищу богов!»

Именно так. Латинское название (теоброма какао) происходит от двух слов: «теос» — бог и «брома» — пища. Какао — напиток древних ацтеков — одного из могучих индейских племен, которые жили в Мексике и на территории современной Гватемалы. Ацтеки приписывали ему «божественное» происхождение. Национальный напиток, приготовленный индейскими старейшинами, назывался «чокоатлъ» — горькая вода (потому что делали его без сахара). Отсюда и происходит современное название — шоколад. Жареные очищенные семена — какауталь, откуда и название «какао». Из плодов небольшого (до 4,5 *м* в высоту) шоколадного дерева, с большими удлиненными, мягкими светло-зелеными листьями и мелкими розовыми цветочками, выходящими пучками непосредственно из основного ствола, индейцы варили чокоатль в больших чанах на медленном огне. После того, как семена разваривались, жидкость заправляли кукурузной мукой, добавляя ваниль, взбивали после охлаждения до образования пены и так называемую «пенную воду» ели в холодном виде.

Божественный напиток (или пенная вода, чокоатль) действительно проявлял незаурядные свойства. Несколько стаканов этого напитка было достаточно, чтобы человек мог без устали делать продолжительные дневные переходы.

У людей Монтезумы не было денег — семена какао заменяли их. Так, например, цена кролика приравни-

валась к 10 семенам какао, а раба можно было приобрести за 100 семян. Какао было одной из основ финансовой системы страны ацтеков, и богатые мексиканцы копили его наравне с золотом.

В Европу уже в готовом жидком виде шоколад был завезен испанскими завоевателями в 1520 г. Изготовление шоколада продолжительное время сохранялось в тайне, а затем научились варить шоколад и в Европе — даже более вкусный.

Плантации какао есть теперь во всех тропических странах. Все латинские страны тропической Америки культивируют это дерево, но в общем мировом балансе производства какао первое место сейчас занимает Африка.

Деревья какао высотой и формой очень напоминают наши яблони. Вдоль ствола, как желтенькие яблочки, свисают плоды.

Несмотря на довольно пышное цветение, на дереве созревают только 20—30 плодов. Плоды довольно большие, продолговатые, с заостренной верхушкой, с плотной кожицей, содержат по 50—60 семян, расположенных в пяти гнездах и окруженных розовой вкусной кисловатосладкой мякотью. Семена овальной формы, 2—2,5 *см* длиной, покрыты тонкой, но твердой оболочкой.

Каждое дерево дает по 1—2 *кг* бобов в год. Шоколадное дерево начинает плодоносить на 3—4-й год, и массовый урожай дает уже на 8—10-й год. Эксплуатируются плантации 25—30 лет.

Собранные семена с мякотью подвергают брожению в специальных деревянных или цементных баках при температуре 35—50° С.

В процессе брожения особый вид дрожжей, живущий на плодах, разрушает остатки мякоти. Одновременно происходят процессы, благодаря которым семена приобретают приятный вкус и буро-фиолетовый цвет. Качество семян зависит от правильности процесса брожения и последовательной сушки. Для изготовления масла зерна какао поджаривают в специальных барабанах, после чего они легко освобождаются от твердой оболочки, а семенные ядра при этом распадаются на кусочки. Очищенные семена растирают машинами при подогреве до получения полужидкой массы, закладывают ее в специальные салфетки и подвергают горячему прессованию. Полученное масло фильтруют и выливают в формы, где оно застывает.

Измельченные жмыхи, оставшиеся в салфетках, и являются известным пищевым продуктом — какао. Шоколад готовят из цельных семян, содержащих масло, с добавлением сахара, иногда молока и пряностей.

Очищенные семена какао содержат 45—55% жирного масла, алкалоид теобромина и следы кофеина, а кроме того, белковые вещества, сахар, дубильные вещества и др. Масло какао очень широко используют в парфюмерии для изготовления помады; оно является одной из основных частей питательных мазей и медицинских свечей.

В 1719 г. масло какао было введено в медицину. С медицинской точки зрения какао обладает, хотя и в меньшей мере, теми же свойствами, что чай и кофе. Но благодаря высоким питательным качествам оно имеет довольно большое значение.

Чистое какао содержит в два раза больше азотистых веществ и в 25 раз больше жировых, чем пшеничная

мука. В состав какао входит значительное количество крахмала и пряностей. Вот почему его считают важным лечебным средством. В этом отношении какао сравнивают с молоком.

Если сравнить калорийность бобов какао с другими продуктами питания, то она недалека от коровьего масла и сала. Так, например, 100 *г* свежих огурцов содержат 10 калорий, картофель — 64, молоко — 70, рыба — 102, мясо — 152, хлеб — 179—226, шоколад — 540, коровье масло — 800, свиной жир — 896 калорий.

Шоколад употребляют при изнурительных болезнях, *как высококалорийный пищевой продукт и как возбуждающее* средство, тонизирующее мышцы и клетки мозга. Масло какао, имеющее приятный аромат и светло-желтый цвет, используют в парфюмерии для изготовления помад, мазей и т. п. Какао применяют во многих стандартных рецептах типа «Трипазол», «Цитрамон», «Цитросал» и т. п.

Советские ученые, особенно акад. Н. В. Цицин, изучают возможности введения какао в культуру в наших субтропиках. Но это не такое простое дело. Шоколадные деревья очень теплолюбивые растения. Температура ниже 17—18° С уже вредит им. Но и при этих условиях уже разработан метод культивирования их в теплицах на Черноморском побережье Кавказа, где они обильно цветут и хорошо плодоносят.

Дерево какао с успехом растет и в комнатных условиях на подоконниках с экспозицией на юго-восток или юго-запад. Оно требует светлых помещений и влажного воздуха (в комнатах с паровым отоплением батареи следует накрывать влажной мешковиной под окном, где растет какао). Какао отрицательно реагирует на

сквозняки, на чрезмерный полив водой, особенно зимой. Требует неплотной, питательной землесмеси чуть щелочной реакции. В зимние короткие дни ему необходимо, как и лимону, дополнительное освещение.

Летом можно подкармливать раствором коровьего навоза (1 : 10).

Размножают шоколадное дерево семенами или зелеными черенками. Семена очень быстро теряют всхожесть, особенно в сухом виде. Высевать их следует в небольшие горшки с питательной землесмесью. Прорастают семена очень быстро. Когда растение достигает 30—35 *см*, его пересаживают. Взрослые растения можно пересаживать не чаще одного раза в 2—3 года.

Alendi

ШАЛФЕЙ ПРЕКРАСНЫЙ

Когда вы проходите улицами города, клумбы которого украшены невысокими ярко-красными цветами, или видите созданные из этих растений большие красные ковры возле памятников героям революции или Великой Отечественной войны, вы, наверно, очень далеки от мысли, что это декоративный родственник того самого шалфея, который вас часто выручает при нестерпимой зубной боли.

Лекарственный шалфей — многолетний полукустарник. Корни его бурые, стебли довольно высокие, четырехгранные, бледно-зеленые, с серым густым пушком, который придает всему растению сероватый цвет. Вдоль стеблей много листьев, и все они покрыты маленькими волосками. Из пазух листьев выходят много-

численные побеги, густо покрытые листьями. На верхушках стебля и на боковых веточках в июне появляются кистеподобные соцветия с фиолетово-синими или беловатыми цветочками. Это невзрачное на вид растение в последнее время очень распространено в Европе, а у нас, в Советском Союзе, даже введено в культуру и выращивается в большом количестве на Украине, Северном Кавказе и в Крыму. Такое широкое распространение объясняется применением его листьев в виде отваров, настоек, порошков и т. д. в народной и научной медицине.

Шалфей является одним из самых популярных лекарственных растений, известных еще с древних времен. Многие греческие поэты воспевали его лечебные свойства в своих произведениях.

До настоящего времени его применяют, согласно народному лечебному опыту, как вяжущее, отхаркивающее и регулирующее функциональную деятельность желудочно-кишечного тракта, а также как мочегонное, противогнилостное, освежающее средство.

В листьях лекарственного шалфея содержатся эфирное масло и дубильные вещества. Кроме того, шалфей как и полынь, выделяет довольно много легких ионов, освежающих воздух, т. е. он является и фитонцидоносным растением.

Листья лекарственного шалфея рекомендуется собирать осенью с однолетних экземпляров, приблизительно в сентябре, а на второй или третий год жизни растения их можно собирать и дважды — в период цветения и осенью, вплоть до заморозков.

Собранные листья следует немедленно сушить, раскладывая их тонким слоем в чуть затемненном месте.

При сушке листья нужно часто переворачивать, чтобы они скорее просохли.

В научной медицине листья шалфея рекомендуют для полоскания рта (особенно при зубной боли), в виде отвара (для укрепления десен), ведь в листьях этого растения много дубильного вяжущего вещества.

В народной медицине это растение использовали и используют намного шире — как внутреннее средство для урегулирования функциональной деятельности желудка (укрепления и, хотя и медленного, очищения его), при хроническом бронхите для очищения дыхательных путей от мокрот и для оздоровления печени и почек (при воспалении почечных лоханок и желчного пузыря) — в виде отвара, настоя на вине или порошков. Иногда для большего эффекта в порошок добавляют полынь (на три части шалфея одну часть полыни).

Применяют это растение и как общеукрепляющее средство и при изнуряющем потовыделении у больных туберкулезом. Кроме того, как вяжущее средство, препараты из лекарственного шалфея полезны при воспалительных болезнях горла, при ангине (например, в виде сгущенного отвара с молоком), при цинге.

Все приведенные примеры относятся к случаям внутреннего употребления лекарств из этого растения.

Как наружное лекарство шалфей применяют в виде настойки при гноящихся ранах, в смеси с уксусом при плесневице (детской болезни), от свинки и от флюса, для чего к листьям, из которых делают отвар, иногда добавляют столько же дубовой коры, а затем подслащивают отвар медом (на вкус). Этим отваром, еще теплым, часто полощут рот.

Лекарства из шалфея приготовляют следующим образом.

Настой. 20 *г* сушеных листьев настоять в 100 *г* кипятка. Принимать по 20 капель три раза в день.

Отвар. 20 *г* сушеных листьев заварить одним стаканом кипятка, дать настояться. Принимать по одной столовой ложке три раза в день.

Порошок. Мелко истолченные сушеные листья принимать по одной щепотке или 1—3 *г* три раза в день.

Смесь лекарств от плесневицы. 1 ч. уксуса и 3 ч. отвара шалфея, применять следует как примочку.

Сложный отвар от свинки. Взять поровну (по две столовых ложки) шалфея, цвета бузины и липового цвета и по две чайные ложки перечной мяты и семян укропа. Все это измельчить, смешать и заварить 10 стаканами кипятка. Над этой кипящей заваркой парить голову, укутавшись одеялом, в продолжении 15—30 минут, один раз в день. После такой процедуры закутать горло и уши теплым шерстяным платком. Остерегаться сквозняков.

Листья шалфея применяются также в так называемом желудочном чае, который принимают при болезнях желудка.

Состав желудочного чая: сушеные листья шалфея — 3 *г*, сушеные ягоды черники — 2 *г*, сушеное корневище лапчатки — 1 *г*, сушеные цветы бессмертника — 1 *г*, семена тмина — 1 *г*. Все это смешать. Две столовые ложки смеси заварить в двух стаканах кипятка. Дать настояться 20 минут, процедить, когда остынет, через марлю. Принимать по полстакана три раза в день за 15—20 минут до еды.

Шалфей лекарственный можно вырастить из семян

или рассады. Это растение неприхотливо к условиям среды. Единственно, чего оно не переносит — это тенистых мест и слишком кислой почвы. Посев и посадку для получения сильных, развитых растений рекомендуется проводить на солнечных местах, на участках с рыхлой, богатой перегноем почвой.

Что касается шалфея декоративного — шалфея прекрасного, то он более требователен к почве и солнечному свету. Не переносит он чрезмерного полива при посеве и пикировке, а у взрослых растений пересушка приводит к уменьшению цветения.

Шалфей прекрасный можно использовать не только как грунтовое растение, а и для выращивания на подоконниках комнат и на балконах в качестве многолетнего растения.

Alendi

СМЕРТЬ ГРЫЗУНАМ

Очень часто на окнах любителей цветов, особенно в южных городах и селах, можно увидеть довольно декоративные луковичные растения. Их большие (до 15—20 *см* в диаметре), сочные, мясистые, грушевидные луковицы с зелеными гладкими, широколанцетными, толстыми листьями длиной до 40—50 *см* сразу обращают на себя внимание.

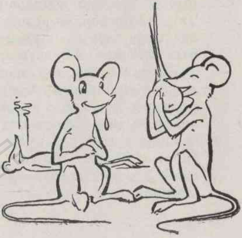
Особенно декоративны старые экземпляры морского лука, луковицы которых в отдельных случаях весят 6—8 *кг*.

Это очень полезное растение. Оно представляет интерес не только своими лечебными свойствами, но и как чудесное средство борьбы с грызунами.

«Смерть мышам», «мышиный лук» — так называют его на Средиземноморском побережье — родине морского лука, где он дико растет в странах, граничащих с морем.

Мышиный лук можно видеть на побережье весной, осенью и зимой, так как летом, утомленный жарой, он отдыхает — сбрасывает листья, чтобы не испарялась влага из луковицы, и засыпает до осени. А там снова появятся листья, а между ними гордо поднимется стрелка, цветочный стебель, который на расстоянии 70—80 *см* от земли распустит кистеподобное соцветие небольших зеленовато-белых цветов. Цветы через некоторое время образуют семена длиной 7 *мм* и 4,5 *мм* шириной.

Если семена срочно, сразу же после созревания, в октябре, посеять в плошки или деревянные ящички с влажным песком, то при равномерном увлажнении почвы появятся маленькие всходы. Сеянцы следует оставлять без пересаживания до весны следующего года. В течение этого времени они образуют небольшие продолговатые луковички. В апреле сеянцы следует пересадить по одному в горшки с рыхлой, песчанистой, быстро просыхающей землесмесью, чуть щелочной реакции. Горшки выставляют в полузащищенное от ветра место на 2—3 недели, а затем на хорошо освещенное окно. Уже на 4—5 году луковицы приобретают вес до 1,5—3 *кг*.



Морской лук можно также размножать луковичными чешуйками. Для этого их нужно осторожно отделить у основания, подрезая острым ножом, затем срезы чешуек следует присыпать или обмакнуть в толченый древесный уголь и высадить во влажный песок, где и держать до укоренения и появления первого листа, после чего высадить в горшочки.

Морской лук был известен еще в египетской медицине. Его с давних времен использовала народная медицина, им лечили сердечные болезни и принимали как мочегонное средство. В знак глубокого уважения благодарные египтяне строили даже храмы в честь морского лука.

Первые сведения о морском луке находим у основателя медицины, известного греческого врача Гиппократа (460—377 гг. до н. э.).

Не менее прославленный врач Диоскорид в своих произведениях также довольно часто вспоминает об этом растении: рекомендует его против малярии.

Диоскорид описал многочисленные болезни, которые полностью поддавались лечению морским луком. Так, например, морской лук применялся при лечении водянки, разных опухолей, желтухи, кашля, желудочных заболеваний, астмы, змеиных укусов и пр.

Домохозяйки тех времен да и наши современницы лечили и лечат морским луком следующим образом: листья и луковицы морского лука срезают, варят с сахаром, а отвар дают пить больным (во время приступов подагры и для предупреждения приступов эпилепсии). Особенно широко начинают пользоваться морским луком в настоящее время в гомеопатической медицине.

Как лечебное средство при разных сердечных заболеваниях морской лук еще в XIX в. начал применяться и в научной медицине. Этому способствовало химическое и фармакологическое изучение наиболее важных веществ морского лука.

Однако не все врачи признают морской лук вполне лечебным, так как он очень ядовит; прием порошков из лука требует большой осторожности при лечении желудочных заболеваний.

Современная медицина предостерегает от непосредственного принятия порошков из сушеного морского лука: он может вызвать сильное раздражение пищевода, желудка и кишечного тракта при приеме больших доз, а рекомендует препараты с определенным содержанием глюкозидов.

В 1937 г. в Германии было зарегистрировано несколько смертельных случаев отравления этим растением.

Белый морской лук употребляют в медицине в виде порошков, настоев, отваров, пилюль, экстрактов или вытяжки. Небольшие дозы морского лука расширяют сосуды; большие дозы, наоборот, сужают их и вызывают таким образом повышение кровяного давления.

Настой из морского лука раздражающе действует на почки, в связи с чем он противопоказан при нефритах. Он благоприятно действует при разных нарушениях ритма сердечной деятельности. Увеличивает амплитуду сокращений сердечных мышц. Все это следует учитывать при лечении.

Наиболее широко применяют морской лук для борьбы с грызунами.

Как показывают наблюдения, глюкозиды красного морского лука являются самым сильным ядом для крыс и мышей. Яд поражает дыхательный центр, надпочечные железы и, вероятно, сосудистодвижущий центр грызунов, и они погибают. Особенно ценным качеством морского лука является его способность мумифицировать погибших грызунов, благодаря чему погибшие животные не выделяют трупного запаха.

Как же приготовить приманки для крыс?

Прежде всего нужно помнить, что красный морской лук ядовит и для человека, в связи с чем во время приготовления ядовитых приманок необходимо пользоваться резиновыми перчатками. Максимальное количество ядовитого для грызунов вещества содержится в свежей луковице. Поэтому для приманок употребляют обычно свежий натертый лук или его сок.

В то время как исключительно горький, противный вкус красного лука отталкивает других животных, крысы и мыши с удовольствием съедают приманки.

Для гибели одной крысы достаточно 100—400 *мг* красного морского лука на 1 *кг* ее веса.

В приманку добавляют в среднем 10% красного морского лука по отношению к весу приманки. Добавлять большее количество не рекомендуется.

Примерный состав разных приманок таков:

1. Красный морской лук (натертый) — 100 *г*, мука — 50 *г*, жир — 50 *г*, салициловая кислота — 2 *г* (сначала следует сделать тесто, а затем добавлять тертый лук). Полученное таким образом тесто намазывают на хлеб и раскладывают в местах появления грызунов.

2. Сок красного морского лука — 20 *г*, мука — 20 *г*, сало — 60 *г* (приготовленную приманку намазывают

на хлеб и раскладывают в тех помещениях, где много грызунов).

Итак, дорогие читатели, если вы будете выращивать морской лук, вам никогда не будут угрожать грызуны.

* * *

Автор надеется, что, узнав историю многих растений, о которых рассказывает книга, вы еще больше полюбите наших скромных зеленых друзей, спасающих от многих болезней,— комнатные растения. Уже не будут они томиться у вас на подоконниках от жажды, а будут бодро зеленеть и цвести, угощать своими приятными плодами, очаровывать ароматом ярких цветов.

Берегите растения!

Не забывайте, как в течение тысячелетий благодаря интуитивному эмпиризму туземцы далеких тропических стран, народы бескрайнего Севера и жгучего Юга устанавливали лечебные свойства большого количества растений. Как ценою больших страданий (часто жертвуя даже жизнью) люди отобрали из множества видов, попадавшихся им в повседневной жизни, такие растения, которые помогали и до сих пор помогают человеку в борьбе с болезнями, голодом и ядами.

И недаром в «Большой книге медиков» — фармакопее, как солдаты на страже здоровья человека, неизменно обозначены такие растения, как алоэ, эвкалипт, шалфей, морской лук, роза, цитрусовые и другие.

И если эта книга поможет пополнить армию защитников природы, влюбленных в ее чарующие краски, формы, в безграничные ее возможности, то это будет высшей наградой благодарному читателям автору.

СОДЕРЖАНИЕ

Тайны зеленого клада 5
Источники народной медицины 20
Цветы — людям 27
Ландыш — больному сердцу 42
Милосердная царица 52
Пылающий цветок 60
Витаминный чемпион 63
Колючий лекарь 70
Питомцы древней Колхиды 83
    Выращивание цитрусовых в комнатных условиях 103
    Лавр благородный 116
    Мирт 120
    Олеандр 121
    Лавровишня лекарственная 124
Прелестный розмарин 127
Хранители легенд древней страны инков и Монтезумы 131
Гроза стрептококков 149
Носители бодрости 156
Шалфей прекрасный 173
Смерть грызунам 178